



Sveriges lantbruksuniversitet
Fakulteten för Veterinärmedicin och husdjursvetenskap
Institutionen för anatomi, fysiologi och biokemi

Hippologenheten

K71

Examensarbete på kandidatnivå

2017

VART VILL VI?
Ridskoleelevers och ridlärares
olika målbilder

Karin Moberg Granström

Uppsala

HANDLEDARE:

Susanne Lundesjö Kvart, Hippologenheten, Sveriges Lantbruksuniversitet

Hippologiskt examensarbete (EX0497) omfattande 15 högskolepoäng ingår som en obligatorisk del i hippologutbildningen och syftar till att under handledning ge de studerande träning i att självständigt och på ett vetenskapligt sätt lösa en uppgift. Föreliggande uppsats är således ett studentarbete på G2E nivå och dess innehåll, resultat och slutsatser bör bedömas mot denna bakgrund.

SLU
Sveriges lantbruksuniversitet

VART VILL VI?
Ridskoleelevers och ridlärares
olika målbilder

Karin Moberg Granström

Handledare: Susanne Lundesjö Kvart, Hippologenheten SLU
Examinator: Gabriella Thorell, Strömsholm

Examensarbete inom hippologprogrammet, Strömsholm 2017
Fakulteten för Veterinärmedicin och husdjursvetenskap
Institutionen för anatomi, fysiologi och biokemi
Hippologenheten
Kurskod: EX0497, Nivå G2E, 15 hp

Nyckelord: goal, riding, pupil, instructor

Online publication of this work: <http://epsilon.slu.se>
Examensarbete K71 Uppsala 2017

FÖRORD

Som barn, precis som i dag, älskade jag djur. Hade jag fått bestämma hade jag nog haft ett helt zoo hemma i vår villa. Jag växte upp idylliskt bredvid en hage som tillhörde ett privatstall i min kommun. En kompis till min storebror hade en c-ponny i det stallet och när jag var sex år gammal gav den där kompisens privatlektioner på hennes ponny, Diablo. Trots att han bara var en c-ponny kändes han då gigantisk! Jag hade tur: den lokala ridskolan tog nämligen inte emot elever förrän de fyllt sju år. Nu fick jag alltså ett år förskottsridning och hade därför redan lite koll när jag senare började rida på ridskolan i grupp med andra barn. Jag minns inte min första lektion eller vilka ponnyer jag fick rida det första året. Det jag minns är små detaljer: min för stora hjälm som guppade i takt med traven, hur pirrigt det var att gå in i spiltan hos en häst jag inte kände än och doften av ponnyernas torvtäckta päls när jag kramade dem så hårt och länge det bara gick. Jag blev kvar på ridskolan i tjugo år (med några korta avbrott för utlandsstudier), fram tills jag som 27-åring köpte min första egna häst.

Jag kommer inte ihåg varför jag började rida, kanske var det inte mer komplicerat än att jag tyckte hästar var söta. Jag hade inte heller någon plan med min ridning. Det var först när jag köpte en egen häst som en plan utstakades. Jag ville bli hopptränare och sedan dess har jag jobbat hårt för att komma upp i nivå för att kunna utbilda mig till det. I dag är jag otroligt målmedveten. Jag satte till exempel redan under första veckorna på hippologutbildningen upp tydliga mål för min ridning under de kommande åren. Dessa kan jag stolt konstatera att jag uppnått och nu väntar nya utmaningar.

Jag tävlade en hel del under min ridskoletid, framför allt under ponnyåren. Min största bedrift var nog segern i Stockholmsmästerskapen för lektionsponny under 90-talet på b-ponnyn Piggelin. Inte en enda gång under min tid på ridskola var det någon som frågade mig varför jag red, vad jag ville med min ridning eller vad jag hade för mål. Visst drömde jag om att rida på Globen Horse Show och tävla OS, men hur jag skulle nå dit hade jag ingen aning om och själv var jag alldeles för planlös i min ridning för att komma längre än till lokal Lätt B. Så här i efterhand kan jag önska att någon frågat mig om mina mål, hjälpt mig att hitta en rimlig nivå och en bra plan för hur jag skulle kunnat nå dem. Samtidigt gläds jag åt min barndom och den prestigelösa tillvaron jag fick spendera i stallet. I ett samhälle som i övrigt uppmanade till prestationsångest hos en duktig flicka, blev stallet min fristad. Detta beskriver på något sätt komplexiteten jag känner kring målsättning. Att å ena sidan motiveras till att ständigt utvecklas mot nya mål, samtidigt som det är otroligt viktigt att få idrotta bara för att det är roligt, helt utan prestige, framför allt under barndomen. Detta är också bakgrunden och anledningen till att jag ville göra en studie kring målsättning just på ridskolor - som för ridskoleryttare och numer målberoende.



Jag och Piggelin, Lektionsponnymästerskapen på 90-talet

INNEHÅLL

ABSTRACT.....	2
INTRODUKTION	3
Problemställning	5
Syfte	5
Frågeställningar.....	5
TEORIAVSNITT.....	6
Målsättning inom idrott.....	6
Olika typer av mål.....	7
Motivation.....	9
Självkänsla och självförtroende	10
Unga och idrottande	11
Ridsporten och ridskolan.....	13
Ridläraren.....	14
MATERIAL OCH METOD	16
Genomförande.....	16
Analys	18
RESULTAT	18
Målen	18
Målformulering	20
Olika målbilder för eleverna	22
Möta olika mål	24
Gruppindelning	25
Utvärdering och uppföljning av mål	26
Motivation.....	27
Självförtroende och självkänsla	28
DISKUSSION.....	33
Mål	33
Målformulering.....	34
Olika målbilder för eleverna	35
Möta olika mål	36
Gruppindelning	37
Utvärdering och uppföljning av mål	37
Motivation.....	38
Självförtroende och självkänsla	39
Material och metod	41
Förslag till framtida studier.....	42
Slutsatser	43
POPULÄRVETENSKAPLIG SAMMANFATTNING	44
FÖRFATTARENS TACK.....	46
REFERENSER	47
Litteratur.....	47
Internet	50
Lästa men ej refererade källor.....	51
BILAGOR.....	52
Bilaga 1. Intervjuguide och observationsmall.....	52

ABSTRACT

Where to? - Riding pupils and instructors various goal perspectives

Background: The importance of goal setting is widely spread amongst psychology, pedagogy, and even sports research. At riding schools, the group is the focus point, which can lead to the personal goal of the individual being overshadowed. Without clear goals, the motivation runs short, which could be the reason that riding schools lose pupils. Reason studies show that the riding schools are facing a paradigm shift with more focus on individuality. Today, the focus of the riding instructor is mainly the knowledge of how to meet different individual's learning styles in a group environment, rather than individual goals. When goal setting becomes wider spread amongst other sports, the pressure on riding instructors ability to manage their pupils' goals, will increase. Therefore, this study examines how riding schools tackle pupils' goals, in hopes of laying a foundation for further development of working with goal setting at riding schools.

Aim: The aim of this study was to clarify if pupils at riding schools had explicit goals for their riding. If so, whether or not these goals were included in the setting of groups and the planning of the riding lessons, by the instructors. The aim was also to see how riding pupils wished to include goal setting in their riding.

Method: One pupil and one instructor from three different riding schools were interviewed for this study. All respondents were female, and the pupils were between 14 and 17 years old. The interviews were held one on one with the premises that the respondent would remain anonymous. All were held in person, except for one interview with an instructor, which was held over the phone.

Results: This study showed that all respondents, both pupils and instructors, had some kind of goals for their riding, although they were made conscious on different levels. All riding instructors asked in some way for their pupils goals, but the instructors had difficulties managing these goals. Instructors believed that the importance was that they asked for the pupils' goals, not what they did with them once they knew them. The respondents viewed positively on setting goals, even though some had difficulties doing so. Goals could make them feel better or worse with themselves. All respondents found that setting realistic goals were of utter importance. The pupils and the instructors did not always have the same goals for the pupils' riding, and the pupils did not always know which goals their instructors had set for them. However, there was a correlation in this study between the instructor respectively pupil from the same riding schools' characteristics in goal setting. Horses were crucial to goal setting when it came to riding. The instructors believed that parents had a great influence over pupils' goals, however, the pupils did not find it so. Pupils and instructors agreed that the riding schools were able to meet the pupil's goals. One attempt to meet individual goals that was pointed out, was through private lessons. None of the pupils believed that their goals were evaluated. One positive aspect that was highlighted in this study was that all of the pupils were positive to continue on with their riding at riding schools.

Conclusion: All instructors asked their pupils for their goals, but seemed unequipped to fulfil them. They lacked strategies in how to reach each goal and seemed to confuse the ability to teach pupils with different learning styles with the ability to adapt the education to individual goals. The common goal of the group where in focus, rather than those of the individuals. Pupils were placed in groups based on their knowledge and ability, rather than their preferred goal. All respondents thought that goal setting was important. The pupils wished that they could discuss their goals with their instructors to make sure that the goals were realistic and based on their abilities. To be able to manage and fulfil the pupils' goals, the instructors need to take the goals seriously and acquire the tools needed for goal setting and execution.

Key words: goal, riding, pupil, instructor

INTRODUKTION

Över en halv miljon människor rider regelbundet och ridsporten är den näst mest populära barn- och ungdomsidrotten i Sverige i dag (Svenska Ridsportförbundet 2017). Att hästen, liksom många andra djur, har en positiv social effekt på människan vittnar flera studier om, bland annat Silfverbergs och Tillbergs (2008) studie, där hästumgänge och ridning visade sig kunna underlätta lärandeprocesser och återupprätta en människas värdighet, välbefinnande och livskvalitet. Många skapar sin första kontakt med hästen och lär sig rida på en ridskola, vilket gör att ridskolorna har en stor betydelse för samhället och dess barn- och ungdomsverksamhet (Jordbruksverket 2005).

Svenska ridskolor har dock svårt att behålla sina elever och Sveriges Television publicerade 2015 en undersökning som visade att ridsporten var en av de idrotter som tappat flest deltagartillfällen, under en tioårsperiod (SVT Sport 2015). Ett examensarbete av Brorsson, Holgersson och Ritzman (2010) visade på att några av orsakerna till avhopp från ridskola är tidsbrist, dalande intresse, ekonomiska aspekter, begränsad möjlighet till förbättring och resultat eller att eleven satsar på egen häst. Studier inom föreningsidrott överlag har visat på liknande skäl för ungdomars avhopp från idrotten, till exempel söker sig unga i större utsträckning till privata träningsalternativ (Thedin Jakobsson & Engström 2008). Även krav från skolan samt föreningsidrottens förväntningar, att ungdomarna inte ser föreningsidrotten som en del av att vara vuxen, olika idrottsaktiviteter som konkurrerar med andra aktiviteter i deras liv, att de upplever att de inte kommer "bli något" inom idrotten, att kompisarna slutar och att idrotten blir tråkig och enformig har angetts som skäl till att ungdomar slutar idrotta (Hedenborg & Larneby 2016). I en studie av Hedenborg och Glaser (2013) uppgav ungdomar att de kände tidsbrist, slets mellan olika krav från idrotten, familjen och skolan, inte kunde komma och gå som de ville och därför snarare valde att träna på gym, var ovilliga att välja en idrott framför en annan, upplevde kostnaderna som ett problem och saknade möjligheten att påverka sina träningar och vara delaktiga i sin egen träning.

Under början av 2000-talet har forskning kring målsättning inom idrott tagit fart. Ett mål definieras som "avsett resultat av verksamhet" (Nationalencyklopedin 2017). Ett mål är ett specifikt resultat som en individ önskar och kommer försöka sträva efter att uppnå (Strawson 1995). Målet är ett ideal och en uppfattning om var individen hoppas kunna

befinna sig i framtiden - dess visioner (Nilsson 2005). Ett mål ger den nödvändiga riktningen och nivån för en viss prestation (Hassmén, Hassmén & Plate 2003). Mål kan rationellt planeras och de väcker känslor om hopp eller kanske hopplöshet (Nilsson 2005). Tydliga mål har visat sig öka motivationen och prestationen hos idrottare, förtydliga förväntningar, sätta fokus, ge självförtroende, förbättra kvaliteten på träningspassen, förbättra prestationen, identifiera resultat och styra riktningen för träningen (bland andra Strawson 1995; Nilsson 2005; Hassmén, Hassmén & Plate 2003; Weinberg & Gould, 2007; Bueno et al. 2008; Latham och Locke 2006; Gould 2001). Oavsett på vilken nivå idrotten utövas, ger det människan tillfredsställelse att nå uppsatta mål och att kämpa mot uppsatta mål tillsammans med andra bidrar till erfarenheter som är nyttiga och användbara inom många av livets områden (Nilsson 2000).

Enligt Nilsson (2005) går mål och motivation hand i hand och motivation är också essentiellt vad gäller förändring. Vidare menade Nilsson (2005) att utan kraftansamlingen till motivation kan en förändring inte genomföras, samt att genom att ta reda på vad som är viktigt för individerna i gruppen och spela på detta, kan en ledare påverka en grups motivation. Ett bra lärande förutsätter ett personligt engagemang och en positiv motivation och i en grupp där lärande ska ske måste ledaren lyssna på vad deltagarna är motiverade till (Illeris 2007).

En nypublicerad studie av Thorell (2017) påvisade att ridsporten, trots att den är en av de mest populära sporterna, är relativt sparsamt studerad ur ett samhälls- och beteendevetenskapligt perspektiv i jämförelse med många andra idrotter. Enligt Thorell (2017) behöver ungas uppfattningar synliggöras för verksamma ridlärare, så att unga kan mötas och ledas på ett utvecklande sätt. Vidare menade Thorell (2017) att detta ska ske utifrån barnkonventionen och att idrottsledare generellt behöver bli bättre på att uppmärksamma barns rättigheter.

En del tidigare forskning finns dock. Forsberg (2007) påvisade att ungdomar som vistas i stall fostras i ledarskap, ansvarstagande och handlingskraft. Forskning har också visat att ridundervisningen har formats av militära traditioner, vilka också ligger till grund för ridundervisningen i dag (Lundesjö-Kvart 2013, Thorell 2015). I Sverige är det i regel ridlärare som ansvarar för utbildningen och bedriver undervisningen på ridskolorna. Som ansvarig för undervisning och utbildning, är ridläraren också en stark kulturbärare av de traditioner som finns inom ridundervisningen (Thorell 2017).

En studie som Lundesjö-Öhrström (1998) genomförde på en ridskola, visade att ridlärare varken frågade efter elevernas mål, arbetade för att förvalta dessa eller hade några egna mål för eleverna. I undersökningen genomfördes gruppintervjuer och observationer av tio ridgrupper på en ridskola, sedan filmades två elever och dessa intervjuades individuellt samt likaså deras ridlärare. Studien visade att ridskoleleverna efterlyste en plan för sina ridlektioner. Eleverna hade velat ta del av uppsatta mål med lektionerna och terminerna så att de hade något att sträva efter. Enligt studien bör läraren och eleverna ha samma mål för eleverna och dessa bör sättas på en rimlig nivå. Här hade inte ridlärarna några mål för sina elever och planeringen för lektionerna skedde efter hand. De elever som hade tydliga mål som de strävade efter, hänvisades till privata ridlektioner, då det var svårt att ta tillvara på deras ambitioner i de vanliga ridgrupperna.

I en senare studie av Lundesjö-Kvart (2013), där tio kvinnliga ridlärare intervjuades om sin pedagogiska praktik, framkom att ridlärarna ansåg att ridelever ska utvecklas mot ett resultat och ett mål. Enligt ridlärarna kunde eleverna delas in i två grupper utifrån deras mål med sin ridning: de som red för att det är mysigt, för motion, avkoppling och socialt utbyte och de som red för att de ville utvecklas, tävla och kanske så småningom köpa egen häst. Här menade ridlärarna att de måste möta bägge grupperna och ge dem det de vill ha.

Thorells (2017) studie visade på att ridlärare upplevde att deras roll har förändrats utifrån ekonomiska utmaningar samt hur dessa utmaningar har påverkat ridlärares sätt att undervisa och driva verksamhet. Något som ansågs vara betydelsefullt för utvecklingen var en ökad individualisering. Thorell (2017) belyste att ridlärarrollen står i ett skede av förändring, där ridlärare kan stärka sin profession och utveckla ridskolan. Detta ansågs i huvudsak kunna ske genom att medvetandegöra den rådande så kallade stallbackskulturen, hur lärande sker i verksamheten samt vilket behov av kompetensutveckling som finns (Thorell 2017).

Problemställning

Allt färre söker sig till föreningsidrotten och ridskolor tappas elever. Tidigare forskning har påvisat att ungdomar behöver ges större inflytande över sitt eget idrottande. I dag utformas lektionerna på ridskolor av generisk karaktär, utan att anpassas efter individuella mål. Gruppindelning görs efter kunskapsnivå istället för utifrån vad individerna vill ha ut av sin ridning. En anledning som framkommit genom tidigare studier, till att ungdomar slutar med föreningsidrott, är att de anser att de inte kan påverka sina träningar i den utsträckning de vill. Genom att synliggöra individernas mål för deras ridning, skulle de i större utsträckning kunna påverka sina träningar. Det saknas i dag relevant forskning kring hur arbetet med målsättning ser ut på svenska ridskolor. För att kunna vidareutveckla målsättningsarbete på ridskolor behöver denna kunskapslucka fyllas.

Syfte

Syftet med studien är att undersöka huruvida ridskoleelever har uttalade mål för sin ridning, om dessa i så fall uppmärksammas av ridlärarna i upplägg av ridundervisningen och hur eleverna skulle vilja arbeta med målsättning i sin ridning.

Frågeställningar

Hur medvetandegörs, formuleras och uttalas ridskoleelevers mål?

Hur förvaltas och motiveras ridskoleelevernas mål?

På vilket sätt önskar ridskoleelever arbeta med målsättning kopplat till deras ridning?

TEORIAVSNITT

I följande teoriavsnitt kommer olika teorier om målsättning och motivation att redovisas samt även relevant forskning om målarbete inom idrott, självförtroende och självkänsla, prestation samt ungas idrottande. Avslutningsvis berörs en del studier om ridskolor och ridlärares utbildning och arbete.

Målsättning inom idrott

Målsättning anses ha en kraftfull effekt på idrottarens beteende (Weinberg & Gould 2007). Att arbeta med att sätta konkreta mål har visat sig höja prestationen, framför allt inom idrotten (Bueno et al. 2008). Enligt Latham och Locke (2006) baseras upplevelsen av framgång snarare på en prestation i förhållande till idrottarens mål, än på en absolut prestationsnivå.

För att mål ska vara så effektiva som möjligt bör de vara specifika och mätbara, relativt höga men ändå realistiska, både lång- och kortsiktiga, av typen resultat-, prestations- och processmål, både träningsmål och mål för tävling samt positivt formulerade (Gould 2001). Enligt Lincoln (2008) är det inom målforskning även vedertaget att mål ska vara flexibla, tidsbestämda och realistiska, dock ansåg han att drömmål och långsiktiga mål bör vara så pass högt satta att de inte är lätta att ändra på samt att de får individen att utmana sig själv och kämpa hårt för att en dag kunna nå dem. Latham och Locke (2007) ansåg att svårare mål skapar större arbetsinsats och tålamod än lätta mål. Burton och Naylor (2002) menade dock att mål ska vara lagom högt satta, snarare än för svåra, för att bli mer effektiva. Redan under tidigt 1990-tal resonerade Burton kring att målsättning kan skapa stress hos idrottare (Burton 1993). Målet behöver inte förbättra prestationen, om målet skapar negativa reaktioner, kognitiva och emotionella, hos idrottaren (Bueno et al 2008). Vissa individer sätter målen för lågt men har samtidigt för höga krav på sig själva, således skulle dessa individer dra nytta av att höja målen och sänka kraven på sig själv för att få en positiv utvecklingskurva (Railo 1992).

Även Strawson (1995) tog upp vikten av att sätta mål. Han ansåg att mål är ett specifikt resultat som en individ önskar och kommer försöka sträva efter att uppnå. Ett mål bör enligt Strawson (1995) vara SMART, vilket står för specifikt, mätbart, aktions-orienterat (accepterat), realistiskt och tidsbestämt. Målen förtydligar förväntningarna, sätter fokus, ökar motivationen, ger självförtroende, förbättrar kvaliteten på träningspassen, förbättrar prestationen, identifierar resultat och styr riktningen för träningen. Att realisera ett mål börjar enligt Strawson (1995) med att skriva ned det. Det nedskrivna målet ska innehålla önskade slutfasen och vilka steg som krävs för att nå dem.

Kelly (2002) beskriver idrottare som uppgifts- eller egoorienterade. Uppgiftsorienterade idrottare går in frivilligt i en inlärningsituation. Deras mål är personlig utveckling och de ser därför en chans att lära sig något nytt, klara en utmaning eller förbättra en tidigare prestation för att känna sig kompetenta och framgångsrika. De känner sig stärkta av att lyckas och kommer kämpa hårt, även genom motgångar, och lägga mycket energi i sitt lärande. Egoorienterade idrottare är mer motvilliga inför en inlärningsituation. Deras

mål är att vara och prestera bättre än andra och tycker inte om kurvan med upp- och nedgångar under lärandet. De vill göra rätt direkt och har inte tålamod för att saker går långsamt bättre. Utmaningar som visar på hål i kunskapen eller förmågan skapar frustration och rädsla för att misslyckas. Om något är svårt under en längre tid kan egoorienterade idrottare hellre sluta än att kämpa. Om de däremot känner att de klarar sig bättre än andra under inlärningsfasen ökar deras motivation.

Olika typer av mål

Enligt Weinberg och Gould (2007) delas målsättningar vanligen upp i subjektiva och objektiva mål, där de subjektiva handlar om uttryck, till exempel att göra sitt bästa eller att ha kul, medan de objektiva är mätbara och fokuserar på att uppnå något specifikt. De objektiva målen delas vidare in i resultatmål, prestationsmål och processmål. Ett resultatmål fokuserar på tävlingsresultatet, där målet till exempel är att vinna en klass. Huruvida individen kan uppnå resultatet eller inte är beroende av andra faktorer än individens enskilda prestation, till exempel motståndarna och deras resultat. Prestationsmål däremot, handlar om att nå ett visst resultat oavsett av vad andra gör, till exempel slå personligt rekord. Processmål handlar om beteenden i utförandet som krävs för att prestera, till exempel teknik eller tajming. Processmål syftar således till de specifika steg idrottaren behöver ta för att på sikt förbättra sin prestation och nå sitt mål. Både prestationsmål och processmål går att justera på ett sätt som resultatmål inte gör. De kan ändras efter idrottarens utveckling och eventuella förhinder. Därmed blir prestations- och processmål mer kontrollerbara för idrottaren än resultatmål. Samtliga dessa tre mål är enligt Weinberg och Gould viktiga och fyller sitt syfte vad gäller att förändra och förbättra ett beteende.

Inom idrotten är resultatmålen de dominerande, framför allt inom tävlingsidrotten. De mest framgångsrika idrottarna på en elitnivå har visat sig ha en förmåga att använda samtliga tre former av mål. På lång sikt kan det vara bra att se sig själv stå på prisballen men ju närmre en tävling eller en prestation som idrottaren kommer, desto mer bör fokus flyttas till prestations- och processmål. Prestations- och processmål anses vara mer gynnsamma för en optimal prestation inför en tävling. (Hassmén, Hassmén & Plate 2003)

För ryttare är resultatmål extra svåra att uppnå, då de utöver sig själva även måste ta hänsyn till hästen och inom dressyren och andra bedömningsgrenar även till domare. Ett resultatmål kan således vara destruktivt för en ryttares självförtroende, då resultatet inte nödvändigtvis återspeglar ryttarens egna prestation. Ett prestations- eller processmål ger däremot ryttaren möjlighet att fokusera på en färdighet eller uppgift som denna önskar utföra. Detta gör att prestations- och processmål går att nå oavsett vad domaren tycker, hur de andra rider eller vad hästen gör. (Strawson 1995)

I en studie av Forsberg (2007) studerades flickors användande av stallet som fritidsgård och dess betydelse för flickornas identitetsskapande. Forsberg (2007) berörde flickornas mål, där ett av de högsta målen var att få tävla. När en lektionsryttare fick rida i tävlingsgruppen innebar detta en viss social status. Tävlingsresultaten handlade inte bara om vinster eller resultat, utan också om den egna prestationen utifrån de förutsättningarna som givits. Att tävla på en svårriden häst gav högre status än att tävla på en lättriden,

även om resultatet blev sämre. Att dessutom till slut lyckas efter att ha arbetat vidare med en svår häst gav högst status.

Annerstedt (1995) problematiserar metoden att bygga upp en lektion utifrån målstyrning och framför allt utifrån beteendemål. Han menar att det är orealistiskt att förvänta sig att tydliga och definierbara mål uppnås efter varje lektion och att vissa saker helt enkelt tar tid att lära sig. Detta skulle innebära att flera lektioner skulle ses som helt misslyckade om de bara baserades på huruvida de uppnått målen för dagen eller inte. Vidare menar Annerstedt att målstyrning går ut på att göra undervisningen bättre genom tydliga mål som utgör riktningen för undervisningen men att varken arbetssätt eller innehåll då anges tydligt. Detta leder till att lärarrollen kan reduceras till att läraren endast ska skapa gynnsamma förutsättningar för inläring och att målen inte ens behöver komma från läraren, utan kan komma från någon högre upp, som "läroplansexperter". Dessutom utgörs endast en liten del av den kunskap och erfarenhet som kan tillgodoses under en lektion av beteendemässig målstyrning och annan kunskap kan i själva verket vara starkare eller viktigare.

Lincoln (2008) har vidareutvecklat Goulds (2001) teorier om målsättning. Hon stolpar upp följande riktlinjer som coacher bör använda sig av för att hjälpa specifikt ryttare att nå sina mål:

- Säkerhetsställ att ryttarens mål är specifika och mätbara
- Ryttarna ska sätta lagom svåra mål som är utmanande men möjliga att nå
- Både kort- och långsiktiga mål ska sättas upp
- Målen ska vara både av typen process-, prestations- och resultatmål
- Ryttaren ska ha mål för både träning och tävling
- Datum när målen ska vara uppnådda ska vara satta
- Ryttaren ska ha en strategi för vad som krävs för att nå målen och hur de ska göra på vägen dit
- Målen ska vara nedskrivna och synliga
- Tid ska läggas på att utvärdera målen och feedback ska ges för att förbättra prestationen

(Lincoln 2008)

De mål som unga sätter upp i prestationsmiljöer, såsom inom idrotten, har visat sig vara stora motivationsfaktorer (Duda 2001). Att få känna sig kompetent och duktig är en grundläggande drivkraft för motivation och för att kunna prestera inom en idrott (Roberts 2001). När en idrott utövas i grupp, såsom i en lagsport, handlar det ofta om konkreta gemensamma mål (Holmberg & Gustafsson 2008). Studier av idrottare visar att de arbetar hårdare för att uppnå sina mål när de upplever en god sammanhållning i laget (Prapavessis & Carron 1997). Studier har också visat att individens mål präglas av vilka mål som anses eftersträvbbara i en viss grupp (Bauman 2004). Inom ridningen utövas en individuell idrott i grupp, vilket således bidrar till en komplex situation. Såväl individens mål som gruppens mål måste rimligen tillgodoses för att skapa en gynnsam miljö. Forskning visar att involvering av idrottaren i beslutsfattande ger positiva effekter på den enskilda idrottarens inre motivation (Duda & Pensgaard 2002). Inom idrotten kan de olika parterna kring idrottaren, så som klubben [ridskolan, författarens kommentar], förbundet, tränaren [ridläraren, författarens kommentar] med flera, utgöra ett hinder för

idrottarens upplevelse av självbestämmande (Gustafsson, Hassmén, Kenttä & Johansson 2008).

Motivation

För att en grupp ska bli effektiv - både vad gäller arbete och inläring - krävs att det finns tydliga mål och en konkretion av vad dessa mål faktiskt innebär och kräver av varje individ. Tydliga mål är A och O för att skapa en effektiv grupp. Krasst är målet anledningen till att en grupp existerar. Både individernas egna mål, gruppens mål men också organisationens mål måste överlappa för att en grupp ska fungera. Målet skapar motivation och styr vilken väg arbetet tar. (Nilsson 2005)

Motivation kommer från latinska ”*motivare*”, vilket betyder att röra på sig, och kan beskrivas som en inre process som påverkar beteendens inriktning, styrka och uthållighet (Karlsson 2001). Motivation har varit ett centralt ämne inom psykologin under flera decennier (Weiner 1992) och under senare år även specifikt inom idrottpspsykologin (Roberts 2001). Oavsett vad prestationen handlar om, försämrar den när motivationen brister (Hassmén, Hassmén & Plate 2003). Mål och motivation går hand i hand, då det är målen som styr vart vi vill komma och det är motivationen som ger oss bränsle att ta oss dit (Nilsson 2005). Goda kunskaper om målsättningsarbete är positivt relaterat till motivation (Duda 2004).

Motivation är den mentala viljan som måste samlas för att kunna ta till och lära sig något (Illeris 2007). Motivation innebär energi, riktning, uthållighet samt alla aspekter av aktivering och intention (Deci & Ryan 2002). Motivation är drivkraft - det som får en individ att faktiskt vilja göra något (Nilsson 2005). Motivationen göds av otillfredsställda behov, osäkerhet eller nyfikenhet och individen söker efter kunskap för att återställa den mentala och kroppsliga balansen som rubbas när den är just osäker, nyfiken eller otillfredsställd (Illeris 2007). Människan är inte alltid medveten om vad som driver och motiverar, då vissa handlingar har dolda och omedvetna motiv, men allt människan gör har en drivkraft och är motiverande, då det annars inte skulle bli gjort (Nilsson 2005).

Om motivationen tryter beror det oftast inte enbart på den individuella personen i fråga, utan det kan också bero på personer i omgivningen, såsom läraren. Den som ska motivera någon, till exempel en lärare som ska motivera en elev, lägger ofta skulden på den enskilda individen för att denna inte lyckas med målen. Att motivationen tryter kan därför vara ett tecken på att den som motiverar har fel strategi. (Faskunger 2001)

Ryan och Deci (2000) beskriver vikten av att individen själv har möjligheten till frihet att bestämma och styra över sig själv och sin tillvaro samt hur detta höjer motivationen. Tre basala psykologiska behov definieras här som kompletterar varandra: *competence*, *autonomy* och *relatedness*. ”*Competence*” handlar om vikten av att en individ inte får en uppgift som överstiger dennes förmåga men inte heller är så lätt att utmaningen och möjligheten till utveckling försvinner. Vidare står ”*autonomy*” för individens inre behov av att kunna påverka sin egen tillvaro. ”*Relatedness*” handlar om att individen känner sig som en del av något större och har ett stöd i närmiljön.

Vallerand (1997) beskriver hur motivation kan delas upp i tre olika beståndsdelar: inre motivation, yttre motivation och amotivation. Inre motivation handlar om att individen själv tar initiativ till ett beteende. Det handlar om tillfredsställelsen i själva beteendet utan yttre påverkan och att utföra något för själva nöjet i sig. Yttre motivation däremot, handlar om att ett beteende utförs tack vare eller på grund av de fördelar som kan följa av beteendet. Dessa olika typer av motivation leder också till olika upplevelser. En inre motiverad individ kan fokusera på uppgiften och känner känslor av glädje, avslappning och njutning. En yttre motiverad individ känner sig ofta pressad och mer nervös då känslan av kontroll är mindre. En inre motiverad individ söker belöningar i form av känslor, såsom glädje och njutning, medan en yttre motiverad individ främst drivs av sociala eller materiella belöningar. Med amotivation menas att en individ istället saknar motivation på grund av brist på intention med aktiviteten.

Självkänsla och självförtroende

Något som visat sig ha en stark påverkan på motivationen är självkänslan (Campbell & Lavalley 1993). Tron på individens förmåga att prestera brukar hänföras till självförtroendet, både beroende på den egna personligheten och på vilken situation individen befinner sig i (Railo Eriksson & Matson, 2000). Självförtroendet är beroende av situationen och hänger ihop med förmågan att kunna prestera inom ett visst område (ibid.) Ett dåligt självförtroende kan leda till att en individ har svårt att ta sig an nya uppgifter, då ett dåligt självförtroende ofta bidrar till osäkerhet och en rädsla för att misslyckas (Carlsson & Olsson, 2008).

Självförtroende och självkänsla är två skilda begrepp med olika innebörd. Självkänslan är en upplevelse av vem individen är och hur denna känner sig, medan självförtroende är kopplat till prestationer. Vuxnas förhållningssätt till ett barn kan påverka dess självkänsla och självförtroende. God självkänsla kan bidra till mer livsglädje och livskvalitet, då en mer utvecklad självkänsla kan användas som ett immunförsvar gentemot sårbarhet. (Juul 2004)

Självförtroende kännetecknas av känslan att kunna och stärks hos barn genom nya uppgifter och utmaningar samt genom beröm. Då barn får möjligheten att ta ansvar och känna sin egen förmåga, växer de som individer av känslan av att lyckas. Individen är beroende av självförtroendet för att kunna utvecklas. (Wahlström 1993)

Självkänslan kan delas in i en basdel och till en del som är kopplad till prestationer. Bassjälvkänslan påverkas i mycket liten grad av andras värderingar, utan är snarare kopplat till hur relationerna till andra ser ut samt hur individen upplever sin frihet och integritet vad gäller att uttrycka åsikter och känslor. Den prestationsbaserade självkänslan påverkas i högsta grad av andras syn på individens kapacitet och kompetens. (Hinich 2004)

Självförtroendet är sammankopplat med den talang en individ har för ett specifikt område (Johnson 2003). Talang definieras av Bloom (1985) som en *"unusually high level of demonstrated ability, achievement or skill"* men att en stödjande miljö för lärandeprocessen är viktigare. Andra menar att en talang snarare är ett resultat av

medveten, planlagd träning (Ericsson 1993). En rad miljöfaktorer har visat sig ha betydelse för talangutveckling, bland annat gemensam träning, samarbete mellan tränare, stöd från familj, utrymme för spontanidrott och en senare specialisering (Henriksen 2010). Svenska Ridsportförbundet definierar talang som en kombination av kapacitet och inställning, där de avgörande faktorerna för att lyckas som ryttare är drivkraften, viljan att träna och utvecklas tillsammans med hästen i kombination med ett stort hästkunnande och ett visst mått av ryttarkänsla (Fyrberg & Ortiz Bergström 2009).

Unga och idrottande

Under 1970-talet blev frågor om idrottens mål och mening allt mer viktiga och studerade. Det skedde ett slags idrottsideologiskt skifte, bland annat som resultat av det ökade ekonomiska stödet som tillföll idrotten. Utredningen *"Idrott åt alla"* lades fram år 1969 och vid Riksidrottsförbundets Riksidrottsmöte 1973 lades grunden för en idrottsideologisk positionering, vilken formulerades i skriften *"Idrott 80. Idéprogram för idrottsrörelsen under 80-talet med sikte på år 2000"*. Ungefär ett decennium senare kom uppföljande *"Idrottspolitisk offensiv. Idrottsrörelsens handlingsprogram med sikte på år 2000"*. Dessa skrifter ligger till grund för *"Idrotten vill. Verksamhetsidé och riktlinjer för idrottsrörelsen in i 2000-talet"* som presenterades år 1995. Syftet var bland annat att trycka på att en idrottslig bredd ger elit och vice versa. Sedan den första versionen har *"Idrotten vill"* reviderats två gånger (2005 och 2009) men det huvudsakliga innehållet är fortfarande detsamma. (Hjelm 2012)

Redan i den första versionen av *"Idrotten vill"* betonades att barnidrotten skulle genomsyras av lek. Svenska Ridsportförbundet utformade år 1997 ett eget idéprogram baserat på *"Idrotten vill"* och Ridsportförbundets egna värdegrund och policy. I *"Ridsporten vill"* är syftet att visa vad ridsporten står för och idéprogrammet vänder sig i första hand till alla ledare inom ridsporten. Programmet har reviderats två gånger - 2005 och 2012. (Svenska Ridsportförbundet 2012)

Enligt Riksidrottsförbundet ska idrottsrörelsen vara öppen för alla och barn- och ungdomsidrotten ska utgå från ett uttalat barnrättsperspektiv, med FN:s Barnkonvention som grund (Riksidrottsförbundet 2009). Barnkonventionen berör alla barn under 18 år och har skapats för att skydda barns rättigheter (Unicef 2016). Nedan följer några av punkterna i barnkonventionen som har ett samband med barns idrottande och tävlande.

- *Alla barn är lika mycket värda och har samma rättigheter*
- *Ingen ska behöva diskrimineras*
- *Barn har rätt att skyddas mot fysiskt eller psykiskt våld, övergrepp, vanvård eller utnyttjande av föräldrar eller annan som tar hand om barnet*
- *Barns bästa ska komma i första rummet i alla beslut som rör barnet*
- *Varje barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som berör barnet*
- *Varje barn har rätt till yttrandefrihet, att tänka, tycka och uttrycka sin åsikt*
- *Barn har rätt att starta och delta i föreningar och organisationer och varje barn har rätt till lek, vila och fritid*

- *Varje barn har rätt att skyddas mot ekonomiskt utnyttjande och arbete som är skadligt eller hindrar barnets skolgång*
(Unicef 2016)

En studie Thedin Jakobsson och Engström (2008) undersökte vilka ungdomar som stannar kvar inom idrottsrörelsen och varför de fortsätter idrotta inom en förening även om de inte är elitsatsande. Studien visade att andelen föreningsmedlemmar minskade betydligt från skolår sex till skolår nio. Ungdomarna sökte sig i större utsträckning än tidigare till privata träningsalternativ, till exempel tenderade flickor i högre grad ägna sig åt individuella sporter som dans, aerobics och styrketräning. Något som ungdomarna lyfte fram som motiverande, roligt och meningsfullt var utveckling inom sina idrotter, att lära sig nya färdigheter och att klara av sådant de tidigare inte kunnat. De såg det också som betydelsefullt att ingå i ett sammanhang med andra som delade samma intresse. Att tävla lyftes inte fram som det viktigaste, utan det var snarare avkopplingen, rekreationen och fristaden som idrotten gav som var viktigt.

Hedenborg och Glaser (2013) studerade ungas syn på framtidens idrottsorganisering. I studien framgick att det som lockat ungdomar till idrotten var sammanhållning, glädje, prestation, tävling och hälsa. Även umgänget med vänner och samhörighet sågs som en viktig drivkraft till att delta i idrottsaktiviteter, då sammanhållningen ger glädje. Orsaker som gjorde att ungdomarna slutade idrotta var bland annat tidsbrist samt att de slets mellan olika krav från idrotten, familjen och skolan. Ungdomarna menade att de hellre gick på gym eftersom de där kunde komma och gå som de vill, vilket inte erbjuds i föreningsidrotten. Det fanns också de som menade att de tvingades välja en idrott framför en annan. Istället skulle de velat hålla på med flera olika idrotter. Även kostnaderna påverkade ungdomarnas idrottande. Bland annat handlade det om hur de såg på vad de fick ut av det de betalade för. Träning på gym kunde vara dyrare men gav också mer flexibel och möjligheten att träna tillsammans med kompisar, vilket gjorde att det var värt den högre kostnaden. Ungdomarna ville vara delaktiga i sin idrott och ges möjligheten att påverka sina träningar. Författarna till studien menade att ungdomarna måste få vara med och forma hur föreningsidrotten ska se ut på flera olika plan.

En senare studie av Hedenborg och Larneby (2016) belyste idrottsrörelsens förmåga att behålla ungdomar. I studien lyftes bland annat kraven från skolan samt föreningsidrottens förväntningar fram som skäl till att ungdomar valde att avsluta sitt föreningsidrottande och istället sökte sig till gym eller annan verksamhet. Studien visade också på att ungdomarna inte såg föreningsidrotten som en del av att vara vuxen, vare sig som aktiva idrottare eller ledare, utan förknippade föreningsidrott med barn- och ungdomsåren. Ungdomarna upplevde att olika idrottsaktiviteter konkurrerade med andra aktiviteter i deras liv, såsom skola, kompisar och andra fritidsaktiviteter. Andra faktorer som gjort att ungdomarna slutat med idrott var att de upplevt att de inte skulle "bli något" inom idrotten, att kompisarna hade slutat och att idrotten blev tråkig och enformig. Även här lyftes ekonomiska skäl fram som ett hinder för idrottande.

Ridsporten och ridskolan

I Sverige innebär ridsporten fritid och tävling för en halv miljon svenskar. Sett till antalet LOK-stödsberättigade sammankomster är ridningen den näst största ungdomsidrotten och det är den sjätte största sporten i Sverige totalt, sett till antal aktiva i idrott. I Sverige finns det nästan 900 ridklubbar som är knutna till Svenska Ridsportförbundet och 450 av dessa driver ridskola. Dessa klubbar finns över hela Sverige och i snitt finns 1,5 ridklubb i varje kommun. Totalt har dessa medlemsföreningar cirka 154 000 medlemmar. Varje år genomförs ungefär 5 miljoner ridtimmar på landets ridskolor. Årligen utbildas runt 500 ungdomsledare och 50-60 ridledare och det avläggs yrkesprov för cirka 500 hästskötare och 70 ridlärare. (Svenska Ridsportförbundet 2017)

Enligt Hästnäringens Nationella Stiftelse (u.å.) står hästnäringen för en samhällsekonomisk omsättning på totalt cirka 46 miljarder kronor per år och 30 000 avlönade heltidsarbeten och det finns i dag utbildningar inom häst både på gymnasial och högskolenivå och allt fler hästar skapar nya arbetstillfällen inom hästnäringen. Ridskolan är en gammal institution som funnits i minst 2 500 år (Houghthon-Brown 1995). Vid ridundervisning på dagens svenska ridskolor är antalet elever vanligen omkring tio och det unika är att här finns också hästarna med i undervisningen (Lundesjö-Kvart 2013).

I en studie av Thorell et al. (2016), där djupintervjuer gjorts med tio ridlärare om deras syn på sin yrkesroll, påvisades att ridläraryrket har genomgått en stor förändring bara det senaste decenniet. Många förändringar troddes bero på ekonomiska förändringar, bland annat nedgången 2008. Ridlärarna upplevde att konkurrensen från andra idrotter om barns fritid hårdnat och att allt färre kom till ridskolan. Ridlärarna upplevde det som att ridningen måste göras mer attraktiv genom att anpassa tider och grupper efter elevernas efterfrågan. Synen på elever och föräldrar har förändrats, då dessa numer ses som kunder och ridlärarna upplevde att de själva måste vara mer ”*service minded*”. Även pedagogiken upplevdes ha förändrats där attityden nu sågs som mindre auktoritär och ridlärarna måste kunna förklara varför något görs på ett visst sätt. Några negativa förändringar som ridlärarna upplevde hade skett var att barn som började rida var allt yngre, att föräldrarna upplevdes som mer krävande och oftare följde med till stallet.

Det finns förhållandevis lite forskning kring pedagogik kopplat till ridundervisning. I en studie av Lundesjö-Öhrström (1998) visade sig kommunikationen mellan ridlärare och elev vara relativt dålig och eleverna uppgav att de hade lågt förtroende för sina ridlärare. Dock hade både elever och lärare god kontakt med hästen. I en studie av Falkensson (2003) konstaterades att mycket lite tid för reflektion ges till eleverna, då det istället är ridläraren som styr lektionerna och eleverna således blir utförare. I en studie av Lundesjö-Kvart (2013) var syftet att beskriva och förstå ridlärares pedagogiska praktik i samband med ridlektioner. Där konstaterades att ridlärare inte hade särskilt stora möjligheter att påverka sin situation vid ridundervisning, utan i hög grad styrdes av omgivande faktorer, tradition och förväntningar från omgivningen. Ridlärarna utövade inte i första hand sitt yrke för att de brann för att undervisa, utan snarare för att de ville arbeta med hästar. Undervisningen visade sig ibland vara underordnad vardagen med hästarna och även om lärarna strävade efter en bra undervisningsmiljö och utveckling i ridundervisningen, var detta inte alltid prioriterat.

Ridläraren

En god ledare kännetecknas av många kvaliteter: denna ska vara bra på att kommunicera, vara engagerad, observant, intresserad, analytisk, strukturerad, modig och ha god självinsikt (Blomquist och Röding 2010). Som ledare ska även inflytande över viktiga mål och strategier inkluderas, samt över vad som krävs för att uppnå målen (Yukl, 1989). Thorell (2017) menade på att undervisa barn och ungdomar i ridning är minst sagt komplext, då ridläraren har ett ansvar för barnen och deras utveckling, säkerhet, välbefinnande med mera och dessutom har ansvar för hästarnas välbefinnande. Utöver detta, menade Thorell (2017), att de måste kunna hantera elevernas föräldrar och deras förväntningar, åsikter och känslor.

Arbetet som ridlärare är socialt och utövaren måste kunna samarbeta med både elever, kollegor, föräldrar med flera. Ridläraren ska samtidigt kunna utgå från den enskilda elevens förutsättningar och behov och kunna integrera kunskaper i olika undervisningsformer. Ridläraren ska bidra till en god social miljö och motverka kränkande särbehandlingar, kunna tydliggöra konsekvenserna av olika handlingar och värderingar för elever och föräldrar och samtidigt vara trygg i sin roll och kunna skilja mellan privat- och yrkesliv. (Thorell 2017)

Att kunna kommunicera kan ses som en viktig egenskap, till och med essentiell, för en ridlärare. Kommunikation används som ett verktyg i ledarskapet för att styra och skapa ordning, för att motivera, för att ge uttryck för känslor och sociala behov och för att informera (Blomquist och Röding 2010). Kommunikation är viktig inom all idrott och påverkar hur både individen och gruppen utvecklas samt sammanhållning, prestation och hur ledarskapet fungerar (Johnson 2007). Vidare har studier påvisat hur ridskoleryttare uppfattar sina ridlärare som förebilder (Thorell 2017).

Att kunna anpassa undervisningen till elever med olika inlärningsstilar anses vara centralt för en ridlärare. Ridlärare utbildas till att kunna förklara vad, hur och varför olika övningar ska utföras för att göra eleven medveten om vikten av övningen och hålla en tydlig struktur i undervisningen. Ridläraren uppmanas även att visa, låta eleven öva och sedan ytterligare instruera och upprepa övningen. Samtidigt måste ridläraren vara uppmärksam på hur eleverna uppfattar och tolkar instruktionerna som ges och kunna anpassa undervisningen individuellt efter varje elevs färdigheter. (Zetterqvist Blokhuis 2004)

Utbildning till ridlärare har skett genom Svenska Ridsportförbundet, tidigare Ridfrämjandet, sedan mitten av 1950-talet. I dag strävar Svenska Ridsportförbundet efter att all verksamhet inom ridsporten sker under ledning av utbildade ledare och ridlärare. Tillsammans med Hästsportens Folkhögskola i Strömsholm anordnas därför yrkesutbildningar. Inom ridläraryrket finns olika nivåer av utbildning som kan genomgåas och diplomerar i, vilka har titlarna Svensk Ridlärare I, II eller III, (förkortas SRL I, SRL II, SRL III). För varje nivå finns en kompetensbeskrivning i ridning, undervisning samt övriga kunskapskrav, vilket också ligger som grund för yrkesproven. För att bli ridlärare från Svenska Ridsportförbundet krävs ett godkänt yrkesprov på respektive nivå. Detta yrkesprov avläggs antingen efter genomgången utbildning eller baseras på gedigen

erfarenhet från ridläraryrket. Svenska Ridsportförbundets olika nivåer och yrkesutbildningar för ridlärare är baserade på ett internationellt "level"-system och är därmed jämförbart med ridläraryrket utomlands. Systemet är utarbetat av International Group of Equestrian Qualifications (IGEIQ) och fungerar i ett 40-tal länder. (Svenska Ridsportförbundet 2016)

I kompetensbeskrivningen vad gäller pedagogik för svensk ridlärare level I (SRL I) står att läsa att ridläraren ska ha kunskap att tillämpa ändamålsenliga pedagogiska metoder, samt att skapa en gynnsam inlärningsmiljö, främst för utbildning i grupp (10 – 12 elever), om människors inlärningsförmåga i olika åldrar samt om att kunna agera och kommunicera så att elever i olika åldrar kan tillgodogöra sig teoretiskt och praktisk undervisning. För svensk ridlärare II (SRL II) ska ridläraren ha god kunskap om ovanstående samt även kunna anpassa undervisningsmetodiken till olika elevers kunskapsnivå. För svensk ridlärare III (SRL III) ska ridläraren ha fördjupad kunskap om ovanstående och ha förmågan att anpassa undervisningsmetodiken till olika elevers kunskapsnivå. (Svenska Ridsportförbundet 2016)

Hippologprogrammet är Sveriges enda universitetsutbildning inom häst. Vid starten 1994 var detta ett tvåårigt program men sedan 2010 ges utbildningen som ett treårigt kandidatprogram. Programmet har inriktningarna ridhäst, islandshäst eller travhäst och studeras på Hästnäringens tre riksanläggningar: Wången, Flyinge och Strömsholm. Programmet integrerar teori och praktik där båda delar ges i ungefär lika stor omfattning och det teoretiska kunnandet ska integreras i det praktiska arbetet med hästen. Teoretiska kurser behandlar bland annat hästens biologi, skötsel och utfodring, företagsekonomi, ridkonst och pedagogik. (Sveriges Lantbruksuniversitet 2016)

De hippologer som intervjuats för denna studier är samtliga utbildade vid inriktningen ridhäst. Enligt Sveriges Lantbruksuniversitet (2017) är de pedagogiska kurserna som ingår i ridhästinriktningen i dag "*Pedagogik i hästverksamhet*" om fem högskolepoäng under första året och "*Pedagogik och ledarskap i hästverksamhet*" om 15 högskolepoäng under andra året. Tredje året ges studenterna möjlighet att välja mellan olika inriktningar. För studenter som väljer inriktningen "*Ridpedagogik*" tillkommer även kursen "*Didaktik för ridlärare*" om tio högskolepoäng. Kunskap om att undervisa i grupp och att ta hänsyn till olika inlärningsstilar ingår i kursplanen för samtliga kurser. Endast inom tredje årets kurs nämns kunskap om individuella mål i kursplanen. De punkter som berör mål lyder:

"Efter genomgången kurs skall studenten kunna:

(...)

- *utbilda och inspirera elever till utveckling med hänsyn till individuella mål*

(...)

- *rida utbildad skolhäst på fördjupad nivå enligt individuellt uppställda mål samt kunna reflektera över sitt eget lärande i relation till de uppställda målen"*

(Sveriges Lantbruksuniversitet 2017)

I ett fördjupningsarbete av tre hippologstudenter undersöktes huruvida ridlärare tog hänsyn till olika inlärningssätt när de undervisade. Syftet var att se om det fanns en skillnad mellan ridlärare med olika utbildningslängd när det gäller sättet att undervisa.

Någon sådan generell skillnad kunde inte understödjas. Visuella elever föredrar att se bilder eller läsa texter och i ridningen vill de att ridläraren eller någon annan ska visa dem hur det ska se ut. Auditiva elever föredrar att lyssna för att ta in ny information och ridläraren ska förklara för att dessa elever ska lära bäst. Kinestetiska elever vill uppleva, röra sig och experimentera och i ridsammanhang blir det bäst om dessa elever får prova en övning för att hinna känna efter. Ridlärarna i studien talade om att använda andra metoder än den auditiva i sin undervisning. När de sedan instruerade blev det dock mest auditivt, trots att vissa elever inte förstod instruktionerna och skulle ha dragit fördel av ett visuellt eller kinestetiskt undervisande. (Axelsson, Hansson & Lind 2008)

Utbildningsforskning påvisar att läraren är den enskilt viktigaste faktorn för att lärande ska uppstå i en lärandesituation (Hattie 2006). Under 2000-talet har coachens roll som pedagog blivit allt mer betonad (Jones 2006). Inom coachning är arbetet med att tydligt formulera och utvärdera mål av yttersta vikt (Berg 2007). Blomquist och Röding (2010) menade att coachning handlar om att en elev själv ska finna svaren inom sig själv med hjälp av en coach och att målet är att eleven ska kunna lösa problem och utvecklas själv. Vidare förklarade Blomquist och Röding (2010) att en bra coach bör ha kunskap om vilka frågor som är lämpliga att ställa och som kan leda till att eleven kommer fram till ett resultat.

MATERIAL OCH METOD

Denna studie använder sig av en kvalitativ metod, då det är ridlärarens och elevers upplevelser och subjektiva syn på verkligheten som står i centrum. I kvalitativa studier ligger intresset i att beskriva, förklara och tolka (Denscombe 2009). Omfattningen i kvalitativa studier är vanligen få antal personer, vilka istället studeras desto djupare (ibid.).

Genomförande

En ridlärare och en elev från tre olika ridskolor intervjuades. Ytterligare en elev och en ridlärare från en av de utvalda ridskolorna intervjuades först för provintervjuer. Ridskolorna valdes utifrån geografisk närhet till intervjuaren. Urvalet gjordes med tanke på begränsningar i intervjuarens resurser (tid och ekonomi). Urvalet uppfyllde således inte kriterierna för ett slumpmässigt sådant, utan bestämdes i förväg och är ett tillfällighetsurval (Denscombe 2009).

Trots att endast tre ridskolor skulle ingå i studien, visade sig dessa ta relativt lång tid att boka. Sex ridskolor kontaktades totalt, varav tre via meddelande på telefonsvarare. Dessa återkom aldrig. De tre ridskolor som svarade var samtliga positiva till att delta i studien. De ombads utse en lämplig ridlärare och att sedan återkomma med kontaktuppgifter till denna. Detta tog alltifrån några timmar till två veckor. Flera av ridlärarna hade svårt att avsätta tider för intervjuer. När ridlärare väl hade bokats, uppmanades dessa att tillfråga en elev som kunde tänkas ställa upp. Även detta tog alltifrån några timmar till flera veckor.

Studien baseras på semistrukturerade intervjuer där en person i taget intervjuas. Enligt Denscombe (2009) inleds semistrukturerade intervjuer med öppna frågor som sedan smalnas av och specificeras, då öppna frågor kan få respondenten att utveckla sina svar. Vidare menade Denscombe (2009) att detta intervju sätt, där de inledande frågorna är mer generella, kan också bidra till att respondenten känner sig mindre utsatt och mer bekväm, vilket också gör att samtalet kan bli mer naturligt. Intervjun utgick från ett färdigt intervjuformulär (bilaga 1) med frågor som skulle tas upp men intervjuaren kunde dock vara flexibel vad gäller hur formuläret ska följas. Vikten vid en semistrukturerad intervju ligger i att den intervjuade får möjlighet att utveckla sina idéer och ges utrymme att förklara mer utförligt hur han eller hon tänker (Denscombe 2009).

Två provintervjuer genomfördes först för att testa intervjumallen, intervjuteknik och inspelningsanordning. Dessa genomfördes med en ridlärare och en elev. Intervjun med ridläraren fortlöpte som planerat och ridläraren svarade utförligt på frågorna. Provintervjun med eleven var desto svårare. Eleven uppfattade inte alla frågor så som de var tänkta och svarade ibland ganska kort. Efter att ha lyssnat på intervjun i efterhand blev det tydligt att jag som intervjuade och ridskoleeleven använde oss av olika termologi. Till nästkommande intervju, som även finns med i studiens resultat, hade vissa av frågorna i intervjumallen reviderats och frågor som ”hur menar du då?” ställdes också för att undvika missförstånd mellan mig som intervjuade och den intervjuade eleven. Någon fråga kunde också repeteras flera gånger om jag ansåg att jag inte fått svar på denna. Detta ledde till att de tre intervjuerna med elever som finns med i studien blev betydligt mer utförliga än provintervjun.

De intervjuade eleverna var mellan 14 och 17 år gamla och ridlärarna var utbildade till hippolog eller svensk ridlärare level 2. Intervjuerna med respondenterna gjordes genom personlig kontakt, ansikte mot ansikte i alla fall utom ett. En intervju med en av ridlärarna gjordes via telefon, då denna inte hade möjlighet att träffas personligen. Denscombe (2009) anser att denna form av intervjuer, då de sker personligen, stimulerar till att respondenten ger mer information samt att de kan förhindra vissa oriktiga uppgifter. Samtliga intervjuer genomfördes i miljöer som respondenterna kände till. Första provintervjun började direkt med intervjuformuläret, utan något inledande kallprat med eleven, vilket gjorde att hon var något avvaktande i sina svar mot mig, då jag var en främling. I övriga elevintervjuer var jag mer noggrann med att först sätta mig med eleven och prata om saker som inte rörde intervjun, för att få eleven att öppna upp mer, vilket jag också anser att de gjorde. Vad gäller de intervjuade ridlärarna upplevdes det inte som något problem att få dessa att prata fritt, snarare tvärtom. Samtliga drev gärna iväg i sina resonemang, vilket ledde till att intervjuerna blev längre än väntat.

Enligt Denscombe (2009) inbjuder kvalitativ analys till olika förklaringar och analyser, då de bygger på forskarens kapacitet för tolkning. Vidare menade Denscombe (2009) att andra forskare rimligen kan komma fram till andra slutsatser. I dessa typer av intervjuer finns en risk att respondenterna svarar som de tror att den som intervjuar förväntar sig att de ska svara och dessutom kan den som intervjuar påverka både intervjuerna och tolkningen av data genom sina egna värderingar, normer, övertygelser och erfarenheter, vilket gör att resultatet kan vara påverkat av intervjuarens subjektiva föreställningar och värderingar (ibid.). Detta är något jag är medveten om och jag har därför strävat efter att

förhålla mig så objektivt som är mänskligt möjligt under intervjuer och analys. Ett sätt att hantera detta är att diskutera analysarbetet med en tredje person, via så kallad triangulering (Patel & Davidsson 2003). Detta har jag kunnat göra med min handledare under arbetets gång.

Analys

Samtliga intervjuer spelades in med en diktafon och i transkriberades i efterhand. En av fördelarna med transkribering är att analysarbetet underlättas, materialet blir mer lättöverskådligt samt lättare att koda (Denscombe 2009). Sammanlagt omfattar studien drygt sex timmar intervjuer, vilket uppskattningsvis tog runt 40 timmar att transkribera och resulterade i drygt 60 sidor löpande text.

Intervjuerna analyserades sedan enligt Denscombes (2009) fem steg för en analys av kvalitativ data: att förbereda data, bli förtrogen med data, tolka data genom att kategorisera och skapa begrepp, verifiera data (validitet, tillförlitlighet med mera) och slutligen presentera data. Analysen sker dock inte i fem separata steg, utan forskaren kan växla fram och tillbaka mellan varje steg. I analysen valdes nyckelord ut och delades in i kategorier. I resultatet nedan presenteras data utifrån de utkristalliserade kategorierna och det åskådliggörs genom citat från respondenterna. Samtliga respondenter är anonyma i presentationen av resultatet. Enligt Denscombe (2009) är det ur forskningsetisk synpunkt viktigt att använda fingerade namn för att inte avslöja informantens identitet.

Tidsomfattningen av transkriberingen ledde till en viss tidspress i att analysera, tolka och diskutera materialet. På grund av omfattningen har dessutom stora delar av intervjuerna utelämnats, bland annat de som handlar om ridskolans mål, ridlärarnas bakgrund och motiv till att arbeta på ridskola, samt stora delar av det som rör ridlärarnas egna målarbete.

RESULTAT

Resultatet presenteras här utifrån de utkristalliserade kategorierna och åskådliggörs genom utvalda citat från respondenterna. *Hur elevernas mål medvetandegörs, formuleras och uttalas* åskådliggörs främst i delarna om mål och målformulering. *Hur ridskoleelevernas mål förvaltas* framkommer i de olika målbilderna som finns för eleverna, hur olika mål möts, hur gruppindelningen ser ut, hur mål utvärderas och uppföljs, vad som motiverar respondenterna samt i synen på självkänsla och självförtroende kopplat till mål. *Hur eleverna önskar arbeta med målsättning i ridningen* läggs fram löpande genom resultatet men framför allt i styckena om målformulering, olika målbilder för eleverna samt i delen om realistiska mål kopplat till kapacitet och talang.

Målen

Målens karaktär och nivå skiljer sig åt bland ridlärarna. Ridlärare 1 uttrycker både subjektiva mål samt objektiva prestations- och processmål när hon pratar om sin egen

ridning. Hennes kortsiktiga mål är att tävla stabila rundor i 1.40 meter med sin häst, hon har som drömmål att hennes häst ska gå 1.50 och att hon själv ska tävla Grand Prix, samtidigt som hon långsiktigt vill utvecklas och bli bättre på att rida olika typer av hästar. Även ridlärare 2 uppger att hon vill fortsätta utvecklas och bli bättre på att rida olika hästar. Hon har processmål för sin egen ridning, inte några mål om specifika nivåer eller resultat, utan att hela tiden utvecklas och bli bättre. Dock är tävlingsmomentet viktigt för denna ridlärare för att hon ska hålla sig motiverad i sin träning. Det behöver inte vara några högre klasser, men hon vill ha något att jobba mot.

”Kortsiktigt är stabila rundor i 1.40. Sedan har jag en dröm förstås att min häst ska gå 1.50” (ridlärare 1)

”Nu ligger jag på 1.10 hoppning och LA dressyr, debutant fälttävlan med den hästen som jag har nu och jag vill komma vidare till nästa nivå.” (ridlärare 2)

Ridlärare 3 har inga konkreta mål med sin ridning och tycker inte att hon är särskilt bra på att sätta mål. Hon är gravid och har lagt sin egen ridning åt sidan för tillfället. Hon har inga större tävlingsambitioner då hon är tävlingsrädd, men efter att ha funderat en stund kommer hon fram till att hon gärna skulle vilja komma över den tävlingsrädslan och tävla i dressyr, hoppning och working equitation när hon väl börjar rida igen och köper egen häst. Dock ser hon sig som en medioker ryttare och har därför inga ambitioner att tävla på några högre nivåer. Hon pratar om att hon kanske skulle ha som mål att skaffa egen häst, men det är ett tvetydigt mål som ridläraren uppfattar som laddat, då det också skulle vara ett mål som skrämmer henne. Då hon tidigare fått ta bort två hästar på grund av skador vet hon inte om hon klarar av att ännu en egen häst skulle behöva tas bort. Det tror hon skulle kunna leda till att hon helt slutar rida.

”Alltså det är ju jätteviktigt men jag själv är ju inte så jätteduktig på att sätta mål liksom.” (ridlärare 3)

Även elevernas mål skiljer sig åt. Elev 1 har tydliga mål - både kortsiktiga, långsiktiga och drömmål. Hennes mål är framför allt formulerade som prestationsmål. Kortsiktiga målet är en närliggande dressyrtävling där hon vill rida ett godkänt program i lätt klass. Långsiktiga målet är att hoppa en bana på 1.10 meter, som ska kännas bra, även om resultatet inte blir felfritt. Drömmålet är att tävla OS. Även elev 2 har ett prestationsmål som kortsiktigt mål. Hon vill också bli godkänd i en lättare klass med sin nuvarande ridskoleponny. Däremot har hon inte några tydliga långsiktiga mål eller drömmål, utan pratar mer om processen, att hon vill utvecklas och se vart hon hamnar.

”Jag ska tävla på söndag och jag vill rida godkänt LB:1 i dressyr.” (elev 1)

”Jag vill rida OS.” (elev 1)

”Ta oss ut på tävlingsbanan liksom, det är målet.” (elev 2)

”Bara komma så långt som det går i min ridning. Sedan om det slutar med att jag liksom ja men jag tävlar bara lokalt här på hemmatävlingarna eller om det blir att jag typ helt plötsligt sitter i typ landslaget och tävlar, det vet jag inte.” (elev 2)

Den tredje eleven däremot, tycker inte att hon har något behov av att sätta upp mål och tycker inte om att tänka för mycket framåt. Hon vill hellre leva i nuet. Efter ett ridpass vill hon analysera vad som gick bra eller mindre bra och vad hon behöver träna vidare på, men hon ser det inte som att hon sätter upp mål framåt, utan snarare arbetar vidare på att utvecklas där hon ligger i sin kunskapsnivå för dagen. Hon har inte några formulerade mål alls med sin ridning, men efter att ha funderat lite kommer hon fram till att hon gärna skulle vilja bli mer avslappnad i ridningen och kanske börja tävla lite mer och gärna hoppa en bana på 1.30 meter i framtiden.

”Sätta upp mål, alltså behovet har jag väl inte.” (elev 3)

Vad gäller ridlärarnas mål för sina yrkesroller är de överlag mer konkreta. Framför allt två av ridlärarna har mycket tydliga mål för sina yrkesroller. Ridlärare 1s kortsiktiga mål är specifika resultatmål. I och med att ridskolan har så tydliga mål, är dessa även tydliga för henne som ridskolechef. De långsiktiga målen är däremot mer subjektiva med fokus att ha ett yrke som hon tycker är roligt, eftersom yrket tar upp en så stor del av den vakna tiden. Sedan om det är att fortsätta att arbeta på ridskola är hon inte säker på, men just nu tycker hon att det är roligt. Ridlärare 3 vill ha färre lektioner och hitta ett sätt att undervisa dagtid istället för kvällar för att kunna spendera mer tid med sin familj. Detta vill hon göra genom att utbilda sig mer inom specialpedagogik och därigenom kunna undervisa funktionsnedsatta under dagtid. Ridlärare 2 har inget tydligt slutmål, utan pratar även här mer om processmål. Hon vill utveckla ridskolehästarna och ridskoleeleverna samt få följa deras utveckling så långt det går. Hon känner stolthet över de elever hon utvecklat från ridlekisålder till att de börjat tävla och vinna och hon vill fortsätta följa deras resa. För ridlärare 2 är det just processen med eleverna som är det viktiga, inte vad slutmålet för dem är.

”Mina mål är ju att, jag har elever som jag har tagit från ridlekisåldern upp till att de nu tävlar och vinner liksom. Och jag vill, alltså, jag vill göra den resan med dem. Sedan vart den resan leder, det är inte det viktigaste.” (ridlärare 2)

Sammanfattningsvis har såväl de tre ridlärarna som de tre eleverna mål uppsatta men de är olika väl medvetandegjorda samt även olika i sin form. Bland ridlärarna är målen för den egna ridningen mer odefinierade än vad målen för deras yrkesroller är. Två av ridlärarna uttrycker tydliga resultatmål för sina yrkesroller, vilket inte framkommer när de talar om sin ridning. Resultatmålen handlar för den ena ridläraren om att ett visst antal elever ska rida på ridskolan och vilket ekonomiskt resultat de ska uppnå, för den andra handlar det om att hitta ett samarbete med skolor för funktionsnedsatta för att kunna undervisa mer på dagtid. Eleverna uttrycker sig framför allt genom prestationsmål, men även genom processmål. En av eleverna anser sig inte ha något behov av att sätta upp mål.

Målformulering

Samtliga ridlärare i studien frågar sina elever efter deras mål. Detta sker dock på olika sätt. På två av ridlärarnas ridskolor finns färdiga frågeformulär som eleverna får fylla i en gång per år. På en av ridlärarnas ridskola diskuteras snarare inom personalgruppen att det

är viktigt att veta sina elevers mål och det är uttalat att varje ridlärare ansvarar själv för att veta vad deras elever vill med sin ridning. De har dock inga färdiga formulär, utan det är upp till varje ridlärare att fråga om elevernas mål.

”Vi har sådana här måldokument som varje elev måste fylla i.” (ridlärare 1)

Ridlärare 1 tror att det faktum att ridskolan frågar efter sina elevers mål är positivt för ridskolan och ger en positiv bild utåt. Det får eleven att känna sig sedd och ridskolan att framstå som seriös. Det viktiga anser inte ridlärare 1 är vad svaret på frågan om mål är, eller hur det sedan förvaltas, utan just frågan i sig.

”Bara det att jag frågar direkt såhär ”men vad har du för mål med din ridning?” då blir man såhär ”wow, hon bryr sig om det, häftigt”. Sedan vad hon svarar hit och dit kanske inte är så viktigt men bara det här att man får frågan.” (ridlärare 1)

Två av eleverna har sina mål nedskrivna på papper. Elev 1 har som rutin att skriva ned sina mål oavsett ridskolans målformulär. Det är något hon gör både för ridningen och till exempel för skolan. Hon går hela tiden tillbaka till sitt måldokument och reviderar det när hon uppfyllt något mål. Elev 2 har en lista på vad hon vill uppnå i sin ridning, även om hennes ridskola inte har något formulär att fylla i. Där står olika mål hon vill klara av, dock inte hur hon ska nå dit. Båda eleverna anser att det är de själva som satt upp sina mål, utan någon diskussion med ridlärare.

”Jag har gjort som en bucket list eller vad man ska säga med min ridning där det målet finns.” (elev 2)

När de sedan har sina mål kan de däremot dela med sig av dem till sina ridlärare. Båda berättar om sina mål för olika familjemedlemmar och för sina ridlärare. Ingen av dem har någon plan för hur de ska nå sina mål. För dem handlar det snarare om att prata med sin ridlärare eller bara fortsätta rida lektioner. Elev 2 säger däremot att hon borde ha en nedskriven plan för att lättare kunna se hur hon ligger till i förhållande till sitt mål.

”Som en liten tidslinje typ. Jag tror att det kan bli lättare att så då vart man ligger och vad som blir nästa steg och sådär.” (elev 2)

Elev 3 skiljer sig från de övriga intervjuade eleverna. Hon har som tidigare nämnts inte några tydliga mål för sin ridning och har således inte heller varken formulerat några mål eller funderat på hur hon ska nå dem. Hon finner också obehag vid tanken på att behöva formulera tydliga mål, framför allt lite högre sådana, som sträcker sig längre fram i tiden.

”Ja, alltså långsiktiga mål tycker jag är jobbiga att sätta. Eller båda delarna är väl jobbiga i och för sig. Jag har lättare för mig efter ett ridpass att liksom kunna avgöra ”jamen nästa vecka ska jag tänka på det här”. Då är det lite lättare, då är det så små mål liksom. Men de här lite större målen kan bli lite tuffa.” (elev 3)

Samtliga intervjuade anser att det är viktigt att sätta mål, även ridlärare 3 och elev 3 som inte har några tydliga mål med sin ridning i dagsläget. De skulle också gärna bli bättre på målformulering. En anledning som flera ger till varför mål är viktiga är för att de leder till

motivation och utveckling. En elev beskriver det som att mål ger något att kämpa för, vilket skapar en glädje i ridningen. En annan upplever att det hjälper henne att utvecklas, då hon genom mål vet vad hon strävar mot och att detta hela tiden leder till att hon blir bättre.

”Jag tycker att mål är viktiga så att man kan hitta vidare i ridningen och inte blir fast i samma sak och det blir tråkigt när man gör samma sak igen och igen.” (elev 1)

Kortfattat kan sägas att samtliga respondenter upplever det viktigt med målsättning, de försöker i olika omfattning arbeta med mål men de har inte alltid kunskap om hur de ska göra. Samtliga ridlärare i studien frågar om elevernas mål, dock på olika sätt. Att fråga om mål upplevs som positivt då det leder till att eleven känner sig sedd. Några av eleverna skrev ned sina mål men hade inte någon tydlig plan för hur de skulle nå dem. Eleverna upplevde att det var de själva som satt sina mål men de delgav dem gärna med sina ridlärare. En elev, elev nummer 3, stack ut från de andra då hon fann obehag vid tanken på målformulering.

Olika målbilder för eleverna

Trots att samtliga ridlärare frågar efter elevernas mål, vet inte eleverna om, eller tror inte att, ridlärarna har samma mål för deras ridning som de själva har. Elev 1 tror visserligen att hon och hennes ridlärare har samma kortsiktiga mål för hennes ridning. Dock tror hon inte att ridläraren har samma mål för OS som hon själv har. Hon tror att detta kan bero på att hon inte har egen häst eller kommer från en hästfamilj som kan ge henne förutsättningarna för att träna och tävla så mycket som ett OS kräver. Elev 2 tror att hennes ridlärare har fler småmål med hennes ridning än vad hon själv har. Hon själv rider bara för att det är kul och har inga tydliga långsiktiga mål med sin ridning, men rider ändå i en tävlingsgrupp där hon uppfattar det som att ridläraren förväntar sig att eleverna har tydliga mål. Ingen av dessa elever anser dock att de påverkas av skillnaderna mellan deras egna och ridlärarnas syn på deras mål. Detta tyder på att ridlärarna och eleverna inte medvetet har pratat ihop sig om målen för eleverna. Ridlärarna har frågat om varje elevs mål, men det föreligger inte ske något aktivt arbete för hur de formulerar realistiska mål och hur de sedan följs upp. Detta går i linje med ridlärare 1s tidigare citat om att vikten ligger i att fråga efter elevernas mål så att de känner sig sedda, inte nödvändigtvis att följa upp dessa.

”Nej, det gör jag inte, utan jag rider som sagt för min egen skull och sedan att hon har krav på mig, absolut, det pushar mig ju vidare liksom men alltså i slutändan så rider jag ju bara för mig själv och det är ju bara för mig som mina mål spelar någon roll så nej, jag skulle inte säga att skillnaden påverkar någonting.” (elev 2)

Elev 3 vet inte vad hennes ridlärare har för mål för henne. Hon tror att ridläraren ser att hon har möjligheter och att hon kan nå sina mål men hon vet inte om ridläraren har andra mål för henne än vad hon själv har. I och med att hon själv inte har tydliga mål har hon svårt att ställa dessa i relation till någon annans mål för henne.

Vad gäller ridlärarna anser inte dessa heller att de alltid har samma mål för sina elever som eleverna har. Ridlärare 1 förklarar att hon alltid försöker ha samma mål som sina elever, eftersom hon har frågat dem om deras mål och därmed borde acceptera dem. Dock stämmer inte alltid elevernas mål överens med de som hon tycker att de borde ha. Vissa elever har helt enkelt för höga mål för den kapacitet ridlärare 1 tycker de besitter eller har möjlighet till och vissa tycker hon skulle kunna nå längre och sätta högre mål än vad de gör. Ridlärare 2 menar på att hon ofta lägger ribban högre för hennes elever än vad de själva gör och önskar att de hade högre mål. Hon ser potentialen i vissa elever som själva bara rider för att det är roligt men inte har några ambitioner att utnyttja sin fulla kapacitet. Ridlärare 3 menar på att hennes och elevernas mål brukar falla samman efter ett tag när de lärt känna varandra. Hon förklarar det som att hon förstår deras mål men samtidigt kan förklara för eleverna vad som är rimligt att klara av på ridskolan, så att elevernas mål stämmer mer överens med vad som fungerar där.

”Ibland är ju de målen orealistiska och ibland är man... ibland vill jag mer än vad eleven säger att den vill. Och då tänker jag kanske så här ibland att ”just det, hon vill ju inte sådär mycket” och så får jag hejda mig själv.” (ridlärare 2)

”Då känns det som att man liksom mera jamen kommer överens eller liksom att de förstår mitt tankesätt.” (ridlärare 3)

Samtliga ridlärare upplever det som att föräldrar är en viktig del av målsättningsarbetet och att kommunikationen med dessa inte alltid fungerar. De anser inte att föräldrarnas målbilder alltid stämmer överens med elevernas, utan ofta är orealistiska med hänsyn till elevernas kapacitet, hästarna och ridskolans möjligheter. Ridlärarna upplever framför allt att föräldrar ofta har högre mål för sina barn än vad barnen själva och ridlärarna har. Ridlärare 1 och 3 ser det ur ett ekonomiskt perspektiv och att föräldrar har höga krav på ridskolan och vill att deras barn ska utvecklas fort med tanke på vad de betalar, medan ridlärare 2 ser det som att det är kommunikationen mellan förälder, barn och ridlärare som brister.

”Jag tycker att de [föräldrarna, författarens kommentar] har oftast högre mål och oftast är de väldigt oinsatta i ridsport, så de vet inte vad som är realistiska mål utifrån hur ridsporten fungerar - att det är djur man har att göra med och att det är så komplext att lära sig rida som det faktiskt är och de förstår inte vad som krävs för att nå de målen som föräldrarna tror är rimliga.” (ridlärare 1)

”Ja, föräldrarna tar nog över ibland, medan vissa föräldrar är väldigt såhär peppande och tar det väldigt, väldigt försiktigt men det är nog snarare att de ser vad de betalar och vill gärna att det ska gå fortare kanske än vad det gör, ibland.” (ridlärare 3)

De intervjuade eleverna upplever dock inte alls att deras föräldrar har något inflytande över deras målsättning. Elev 1 och 3s föräldrar har inte någon tidigare erfarenhet av ridsporten. Eleverna uppfattar det dock snarare som att de därför inte har några mål överhuvudtaget med deras ridning, utan snarare tycker det är roligt att eleverna rider.

”Det är mest såhär att de tycker att det är lite roligt att titta på när vi rider och ser att vi utvecklas och så. Sedan, de har nog inte speciellt stora mål för oss utan de tycker mest att det är kul att vi gör någonting på fritiden.” (elev 1)

Elev 2 delar sitt ridintresse med sin mamma och brukar också berätta om sina mål för sin henne. Hon upplever det som att hennes mamma stöttar henne i de målen hon sätter upp själv och tycker att dessa är rimliga.

Sammantaget ger respondenterna ett intryck av att inte ha diskuterat målsättning med sina ridkamrater eller djupare med sina ridlärare. Målbilderna för enskilda elever skiljer sig ibland från ridlärarnas målbilder av de samma. Ridlärarna upplever också att föräldrar och kommunikationen med dessa är en viktig del av målsättningsarbetet.

Möta olika mål

Samtliga ridlärare menar på att en duktig instruktör ska kunna möta olika individers mål i en grupp, genom att använda sig av olika sätt att instruera som passar varje individ i gruppen. Ridlärare 2 talar om att en duktig instruktör klarar av att ha elever med olika mål och olika nivå i sin ridning i gruppen, utan att eleverna märker av det att är så stor skillnad och att detta är något hon själv är bra på. Här talar hon om att i samma övning anpassa kraven så att den svagare får simplare instruktioner medan den starkare får mer komplexa. Även ridlärare 3 beskriver hur hon ger mer ingående instruktioner till dem som ”vill mer”, till exempel att de ska tänka på hästens spårning och ställning istället för att de bara ska rida på en volt.

”Man kan ju instruera på åtta olika sätt i ett ridhus med åtta elever. Så det är bara att man planerar sina lektioner lite smart och har individuell undervisning fastän att det är i grupp och fastän det är avdelningsridning. En duktig instruktör kan ofta det liksom.” (ridlärare 1)

”Jag anpassar kraven så att en elev som kanske är väldigt svag i gruppen, den eleven ser jag till att okej, du ska vara noggrann med att du rider rätt väg, sedan andra elever som är duktigare i sin ridning, då kanske jag höjer kraven att de rider samma övning att eftergiften ska vara bättre, att sitsen ska vara mera följsam, de bitarna.” (ridlärare 2)

”Man försöker ändå ge dem lika mycket men mer ja, på den andra som tycker, eller vill mer, såklart.” (ridlärare 3)

Två av ridlärarna förklarar också att de försöker anpassa sig efter elevernas mål genom att fråga grupperna vad de vill träna på under kommande termin och i vissa fall även låta gruppen bestämma någon övning för ett lektionspass.

”Gruppen (...) själva ska sätta sig ned och bestämma övningen bara för att de ska få dels känna sig lite delaktiga men även frågar ibland på lektion så att de får tänka lite själva för det märker man också ibland att de vill ha det serverat men ändå bestämma lite själva.” (ridlärare 3)

Samtliga ridskolor visar också på ett annat sätt att möta elevernas mål: genom privatundervisning. En av ridlärarna förklarar hur detta inte inbringar någon ekonomisk vinst, men att ger en bra relation till eleverna, vilket gör att de förhoppningsvis väljer att rida kvar på ridskolan. Även de andra ridlärarna anser att privatundervisningen är ett bra sätt att möta elevernas förväntningar och efterfrågan.

”Vi är väldigt duktiga på att möta efterfrågan på privatlektioner.” (ridlärare 2)

Sammanfattningsvis nämner ridlärarna kunskapen om att möta olika elevers inlärningsstilar. Gruppens gemensamma mål tas i beaktning genom frågor om vad gruppen vill. Ett sätt att möta elevernas individuella mål på ridskolorna som lyftes fram var genom privatundervisning.

Gruppindelning

Trots att samtliga ridskolor frågar efter elevernas mål och anser att de arbetar för att möta dessa mål, görs gruppindelningen på samtliga ridskolor efter elevernas kunskapsnivå snarare än målbild. Ridskolorna har tydliga dokument för var de olika grupperna ska ligga kunskapsmässigt och vilka färdigheter de ska klara av. Samtliga ridskolor har specialgrupper med inriktning hoppning eller dressyr där det finns möjlighet till tävling och att rida på en specifik häst. En ridskola har också en gymkhanagrupp. Även dessa grupper delas in i kunskapsnivå och kräver också att eleverna rider i ordinarie grupper. Det är upp till ridlärarna att bedöma var eleverna ligger till kunskapsmässigt i sin ridning i dagsläget och därefter placera dem i lämpliga grupper.

”Vi har mallar för liksom nivåsättning på grupper där det står väldigt tydligt.” (ridlärare 3)

”Så de grupperna är uppdelade i olika kunskapsnivåer och sedan är det varje ridlärare som själv bedömer sina elever och vilka grupper de passar i vart de får rida liksom.” (ridlärare 1)

Målen för ridgrupperna på samtliga ridskolor baserar sig på de kunskapsnivåer grupperna är indelade i. Vad gäller lektionsplaneringen har ridskolorna övergripande mål för vad grupperna ska klara av varje termin. Dock finns visst utrymme för varje ridlärare att diskutera med sina elever vad de vill jobba på under terminen. Här är det dock gruppen som står i fokus och det finns inget större utrymme för den enskilda individen.

”Men där sätter ju vi enskilt, vi ridlärare, för varje grupp. Och där gör vi en terminsplanering som vi lämnar ut till våra elever och där försöker vi skriva varje termin att den här terminen har vi det här som mål.” (ridlärare 3)

”De har inga mål formulerade ridgrupperna utan de har en kunskapsnivå mer som de ska uppfylla för att vara med och sedan utvecklas gruppen utifrån det.” (ridlärare 1)

”Då så tar man de här övergripande målen för varje ridnivå och så tittar man då över okej, de här eleverna rider i den här gruppen, vad är det som gruppen tillsammans skulle behöva höja? Vad är det som gruppen tillsammans behöver bli bättre på?” (ridlärare 2)

Eleverna upplever det som att deras ridgrupper är relativt jämna i kunskapsnivå. Däremot är de osäkra på om ambitionsnivån är densamma i deras grupp, då ingen av de intervjuade eleverna vet vad de andra i deras ridgrupp har för mål. De anser däremot inte att de andras mål har någon betydelse för dem själva, utan att det bara är de själva och deras egna mål som påverkar dem. Elev 2 tycker visserligen att hon kan inspireras av andras mål i sin egen målsättning. Hon vet vilka mål hennes närmaste vänner har och dessa kan hon motiveras av, men hon tycker ändå inte att hon påverkas särskilt mycket av dem.

”Jag fokuserar på mitt och vart jag är i min utveckling.” (elev 3)

”Absolut att de kan ge mig lite infallsvinklar och sådär vad de vill göra och vad jag kan påverkas av men i slutändan så har jag liksom, jag har mitt mål, jag vet vad det är och jag vet vad jag vill, så jag påverkas inte jättemycket av deras mål.” (elev 2)

Sammanfattningsvis görs gruppindelning på ridskolor efter kunskapsnivåer och det visar sig vara svårt att anpassa undervisningen efter elevernas olika målbilder. Även målen för ridgrupperna baseras på kunskap. Vilken kunskapsnivå deras ridgrupper har är något eleverna är medvetna om, men de är mer osäkra på vilken ambitionsnivå de andra i grupperna har. Eleverna upplever inte att deras ridkamraters mål spelar någon roll för dem själva och vet inte heller vilka mål de andra i deras ridgrupper har.

Utvärdering och uppföljning av mål

Ingen av de intervjuade svarar direkt att de utvärderar sina mål. Efter lite resonemang kommer dock ridlärare 1 och 2 samt elev 1 och 2 fram till att de nog utvärderar undermedvetet till viss del. Till exempel menar ridlärare 1 att hon försöker dra lärdom av saker som har gått bra eller som hon själv gjort bra och samtidigt försöker undvika att gå i samma fällor som hon gjort när något misslyckats. Elev 1 och 2 säger att de inte sätter sig ned och gör en ordentlig, skriftlig utvärdering av sina mål. De reflekterar ändå till viss del för sig själva kring vissa mål, framför allt de mål som eleverna inte lyckas uppnå. Då funderar de kring vad de kan göra annorlunda för att lyckas i framtiden.

”Så så utvärderar jag nog lite och tittar tillbaka och tänker att ”ja men nu nådde vi inte det här, vad gör vi?” och löser det, för det är ju därför jag har mina mål, för att uppnå dem.” (elev 2)

Varken ridlärare 3 eller elev 3 anser att de på något sätt utvärderar sina mål, varken skriftligt eller undermedvetet. Det är också dessa två som uppger att de snarare vill tänka på nuet än på framtida mål. Detsamma gäller även reflektioner. De vill hellre tänka på nuet än på att fundera över vad de gjort eller uppnått.

”Jag är inte så duktig på sådant faktiskt.” (ridlärare 3)

När det kommer till att följa upp, revidera eller stryka sina uppsatta mål, har de tre eleverna i huvuddrag tre olika ingångar i sitt resonemang. En elev menar att inget kan få henne att ändra sitt uppsatta mål, utan hon fortsätter kämpa tills hon uppnått det. En annan elev är inne på samma linje men lyfter fram att hästarna kan göra så hon blir tvungen justera sina mål. Till exempel om en häst blir skadad. Då ändrar hon inte målet i sig, men hon flyttar över det till den nya hästen med ett nytt tidsperspektiv. Den tredje eleven har inte så tydligt uppsatta mål och därigenom blir det inte heller så relevant för henne att fundera kring uppföljning av mål.

”Jag har inte så mycket mål så utan jag kör på nuet.” (Elev 3)

Sammanfattat upplever ingen av de intervjuade att de direkt utvärderar sina mål. Viss reflektion kan dock påtalas. Elevernas vilja att justera eller ändra sina mål skiljer sig åt.

Motivation

Samtliga elever har samma motiv till att de rider på just ridskola: möjligheten till utveckling och variation samt kompisar och gemenskapen. En elev påpekar att hon lärde känna många som hon inte skulle ha träffat annars i sin vardag och umgåtts med, men som hon har roligt tillsammans med i ridgruppen. Även variationen av vilka ridlärare som fanns att tillgå på ridskolan ses som positivt av en elev, och att det finns möjlighet att rida för dessa genom att rida i någon annans grupp. En elev tycker att det skulle kännas ensamt att ha egen häst, därför att hon då skulle gå miste om gemenskapen på ridskolan.

”Det är nog att man har så mycket kvar att lära. Att man kan alltid utveckla sig mer.” (elev 1)

”Det känns väldigt ensamt att ha egen häst. Och då får jag ju inte den gemenskapen som jag vill ha i stallet liksom på samma sätt, så det är nog därför jag rider på ridskola och inte har häst själv.” (elev 2)

Något som upplevs som omotiverande med just ridskola var de gränserna som finns när det är ridskolans hästar det handlar om och inte elevernas egna - både vad gäller möjligheten till ridning och att få ha en häst för sig själv. En elev tycker det är tråkigt att inte kunna göra vad hon ville under lektionerna, till exempel rida ut om det var det hon var sugen på just den dagen. En annan nämner att det är tråkigt att inte få ha en viss häst för sig själv, om det var så att hon trivdes bra med denna. En av eleverna, elev 2, upplever avundsjukan som det mest omotiverande med ridskolan. Om det är någon som det går extra bra för upplever hon att det skapar avundsjuka bland andra, vilket gör att de vill trycka ned den personen som det går bra för. Hon påpekar dock att det även existerade i andra sociala kontexter utanför ridskolan och såg detta som något typiskt ”tjejigt”. Hon anser också att detta var något som ridskolan var medvetna om, jobbade på och att det trots allt var ganska bra på just hennes ridskola.

”Det har jag upplevt liksom att någon blir avundsjuk på hur någon rider och så blir det liksom att man går och snackar om den och ska trycka ner den personen bara för att man

själv inte är på den nivån och det skulle jag säga är en väldigt typisk liksom tjejgrej.”
(elev 2)

Eleverna kan också tänka sig att stanna kvar på ridskolan i framtiden. En av eleverna som även rider på ridgymnasium har inga planer på att någonsin sluta på ridskolan, då hon tycker att hon utvecklas där hela tiden. En av eleverna kan tänka sig att rida kvar på ridskola även om hon skaffar egen häst. Hennes ridskola erbjuder också platser för ryttare med egna hästar i lektionsgrupperna. Elev 2 är osäker på hur hennes framtid inom ridsporten kommer se ut överhuvudtaget - om hon kommer fortsätta rida, skaffa egen häst eller fortsätta på ridskola. Som det ser ut i dagsläget vill hon dock fortsätta på ridskolan under den kommande tiden.

”Men sedan om jag fortsätter med ridsporten, det vet jag inte. Jag hoppas ju att jag liksom kommer göra det för alltid liksom, det är ju typ det bästa jag vet.” (elev 2)

Något som motiverar eleverna inom ridning är att se andra som lyckas inom ridsporten. Både elev 1 och 2 motiveras av ridsportens största stjärnor. Elev 1 beskriver hur inspirerande det är att se hur fort vissa utvecklas och hur toppryttare kan komma tillbaka till eliten trots motgångar och dalar. Elev 2 motiveras också av sina kompisar på ridskolan, både mentalt och ridmässigt. Elev 3 ser utvecklingsmöjligheten som den största motivationen och nämner också faktorn att det inom ridsporten går att komma så långt man vill.

”Att se vissa som utvecklas liksom jättefort och sedan att vissa har nedgångar och kommer upp till toppen igen och att det går jättebra för andra.” (elev 1)

”Ja men man kan egentligen komma hur högt man vill med ridsporten. Det är väl kanske det.” (elev 3)

Sammanfattningsvis är möjligheten till utveckling och variation samt kompisar och gemenskapen de yttersta motivationsfaktorerna till att eleverna rider på ridskola. Något som hämmar motivationen är gränserna gällande ridning och hästar. Eleverna inspireras av att se andra lyckas, möjligheten att kunna utvecklas och av sina ridkompisar. Samtliga elever kan tänka sig att stanna kvar på ridskolan i framtiden.

Självförtroende och självkänsla

Flera av de intervjuade upplever att det är svårt att sätta mål. Även elev 1 och ridlärare 1, som är mycket positiva till målsättning, upplever att det ibland kan vara problematiskt att formulera mål. Eleven beskriver det som att det är viktigt att sätta mål som realistiskt kan uppnås inom en överskådlig tid, vilket gör att det inte känns onåbart. Ridläraren menar att konstanta mål som är högt satta även kan skapa stress.

”Jag har varit väldigt målmedveten och det har också på något sätt stressat mig och förstört för mig.” (ridlärare 1)

Ridlärare 3 och elev 3 upplever att det är extra svårt att sätta mål. Eleven beskriver det som att hon tycker målsättning är förvirrande, då hon inte själv kan avgöra var hon ligger till kapacitetsmässigt och därmed inte vet vilka mål hon realistiskt kan uppnå. Ridlärares beskrivning av det som att det är svårt att blicka framåt och få till mål för framtiden, då hon snarare ser till var hon befinner sig här och nu.

”Jag är ingen tänkare direkt, jag lever mer i nuet, typ.” (ridlärare 3)

För flera av de intervjuade upplevs målsättning kunna påverka självförtroendet. Ridlärare 1 menar på att mål kan stärka självförtroendet, då hon upplever att uppfyllda mål ger en känsla av att lyckas och får en att känna sig duktig. Hon beskriver det som att uppfyllda mål får henne att känna sig större och bättre. Dock belyser hon även här vikten av att målen är realistiska för att de ska inge hopp och inte skapa stress.

”Kan man prata mål på ett realistiskt sätt, då tror jag att det mer kan peppa och stärka människor, framför allt tjejer, framför allt unga tjejer.” (ridlärare 1)

Även elev 3 pratar om hur mål kan påverka självförtroendet, men för henne är det mer ur ett negativt perspektiv. Hon menar att hon redan har dåligt självförtroende och om hon sätter för höga mål som hon inte klarar av så kommer det få henne att må ännu sämre. Hon tar därför ridningen som den kommer, vecka efter vecka, istället för att blicka framåt och sätta tydliga mål för framtiden.

”Det blir väl att om jag skulle sätta för höga mål för mig själv så skulle jag bara må ännu dåligare av det, när jag inte klarar dem.” (elev 3)

När det kommer till synen på den egna kapaciteten och talangen har elev 1 och 2 ett gott självförtroende vad gäller deras ryttaförmåga. Elev 1 tycker att hon själv är ”ganska duktig” och att när hon upplever att hon gjort något mindre bra, lyfter hennes ridlärare fram det hon har gjort bra istället, vilket gör att hon alltid känner sig duktig i slutändan. Även elev 2 använder uttrycket ”ganska duktig”. Hon anser att hennes största styrka är att hon är öppen för kritik och hela tiden är nyfiken och vill lära sig mer, vilket hon också tycker att hon gör varje lektion. Elev 3, däremot, är mer återhållsam kring sin egen förmåga. Hon beskriver sig som medelmåttig i sin ridning med upp och nedgångar, precis som för alla andra ryttares. Hon menar däremot på att hon vill lära sig, söka ny kunskap och utvecklas, vilket hon ser som en styrka. Hon berättar att hon tidigare haft höga mål som hon velat uppnå direkt, vilket har resulterat i att hon blivit för hastig. Den sidan har hon nu försökt jobba bort.

”Jag känner nästan efter varje ridpass att ”idag har jag lärt mig någonting nytt och det här ska jag ta med mig till nästa vecka”, det känner jag nästan varje ridlektion och det är helt fantastiskt.” (elev 2)

”Men jag vet att det har varit väldigt upp och ner med att jag vill göra det för fort när det inte går än och det är nog det som stoppar mina mål i sig. Att jag alltid är för hastig med allting och ska ha det gjort nu.” (elev 3)

Vad gäller hur deras ridlärare ser på deras kapacitet, tror eleverna att ridlärarna ser att de har kapacitet, att eleverna är duktiga och har möjlighet att utvecklas. Elev 1 tror att hennes ridlärare redan ser mycket positivt i hennes ridning och att hon dessutom är duktig på att lära sig nytt. Elev 2 tror att hennes ridlärare hela tiden ser att hon blir bättre och bättre. Detta tycker hon att hon får kvitto på när hennes ridlärare sätter henne på lite svårare eller yngre hästar som ryttaren måste vara duktig på för att klara av. Elev 3 tycker det är svårt att veta vad andra ser i henne men hoppas på att hennes ridlärare tycker att hon är "hyfsat duktig". Hon tror att ridläraren ser att hon vill lära sig mycket, tar in information och hela tiden försöker bli lugnare och säkrare i hennes ridning.

"Jag tror att de tycker att jag är rätt duktig, att jag kan lära mer och att jag har ganska mycket som gör att jag är duktig." (elev 1)

"Det är alltid svårt att se vad andra ser om en. Men... Jag tror och hoppas att hon tycker att jag är hyfsat duktig i alla fall." (elev 3)

Ridlärarnas syn på sina elevers kapacitet och talang varierar. Ridlärare 1 och 3 tycker att det är olika beroende på elev medan ridlärare 2 menar på att det är hur mycket eleverna är beredda att jobba för att utvecklas som avgör kapaciteten. Ridlärare 1 beskriver hur vissa elever enligt henne är "jättedåliga" och att det skapar frustration hos henne, då hon vet hur svårt det kommer vara för dem att komma ikapp, då de kanske inte har förutsättningarna att rida oftare eller att de aldrig kommer få en egen häst. Hon förklarar att hon tar det personligt, eftersom hon blir så frustrerad för dessa elevers skull. Andra elever blir hon dock riktigt imponerad över, då hon tycker att de är duktiga. Hon sätter detta i relation till sin egen ridning i deras ålder och tycker att de är betydligt bättre än vad hon själv var, vilket gör henne glad. Även ridlärare 3 ser att kapaciteten i grupperna är väldigt blandad. Vissa har lättare för sig medan andra har svårare. När det gäller dem som har det lite svårare försöker hon prata med föräldrarna och informera om att den individen eventuellt skulle må bra av att ha en privatlektion där hon kan anpassa nivån efter eleven, vilket hon inte känner att hon kan göra på samma sätt i en större grupp. Ridlärare 2 har inställningen att allt går bara man vill, vilket gör att hon är tydlig med eleverna vad som krävs för att utvecklas. För henne gäller det att lägga timmar i sadeln istället för att leta ursäkter för varför något inte fungerar.

"Jag tar det rätt personligt då för jag blir så frustrerad för deras skull. Och sedan en del är jag såhär jätteimpad av för att då tänker jag Gud, när jag själv var i den där åldern, då var jag totalt värdelös och då blir jag jätteglad för då känner jag att vad roligt att de har gått så bra ridutbildning så tidigt för tänk vad grymma de kommer vara när de är lika gammal som jag." (ridlärare 1)

"Istället för att leta ursäkter som att det är fel färg på hindret så måste du träna ännu mer på att hoppa blåa hinder om det är det som hästen är känslig för." (ridlärare 2)

Samtliga elever upplever sina mål som realistiska. Elev 1 har nått sina kortsiktiga mål tidigare med en annan häst och tycker därför att hon har kapaciteten till att nå dem igen med en ny häst. Elev 2 menar att hennes mål inte är särskilt högt satta och därför är realistiska. Detsamma gäller elev 3. Hon har visserligen inga konkreta mål, men just att

utvecklas, hitta avslappning och eventuellt kunna hoppa en bana på 1.30 meter i framtiden anser hon vara realistiskt, framför allt med hjälp av det ridgymnasiet som hon går på. Eleverna anser att målen snarare hade varit orealistiska om de kortsiktigt ville nå betydligt längre än var de befinner sig i dagsläget.

”Det hade varit skillnad om jag hade satt liksom att ”ja, men okej, jag ska komma till ponny-SM med den här ponnyn, liksom nu på stört” det hade inte varit rimligt för jag är inte där än i min ridning.” (elev 2)

Elev 3 lyfter fram att högt satta mål skapar stress och prestationsångest. Hon vill klara av mål som hon sätter upp på en gång, inte i framtiden, vilket gör att höga mål upplevs som orealistiska. Hon skulle däremot gärna vilja sätta mål. Dessa skulle hon vilja ta fram i lugn och ro med hjälp av sin ridlärare. Hon skulle vilja att de satt tillsammans diskuterade var hon låg till rent kapacitetsmässigt i nuläget och vad som sedan skulle kunna vara lämpliga mål för henne både kort- och långsiktigt. Hon beskriver det här som att hon skulle vilja ha ärliga mål, istället för att sätta dem för högt för henens kapacitet.

”Jag vågar inte sätta för höga mål för mig själv för att då, jamen då blir bara knas för mig.” (elev 3)

Både ridlärare 1 och 2 tycker att deras elevers mål är realistiska i förhållande till deras kapacitet. Ridlärare 1 trycker också på att alla långsiktiga mål är realistiska, då ingenting är omöjligt i framtiden. Detta innebär att även om eleverna har svag kapacitet i dagsläget, finns möjligheten att de i framtiden kan nå höga mål. Om en elev däremot har som kortsiktigt mål att rida något mästerskap, brukar hon förklara för dem att det absolut är ett mål som går att uppfylla, men kanske snarare på längre sikt. Hon kan därför få sina elever att ändra tidsbegränsningen på sina mål, men inte målen i sig. Ridlärare 2 menar på att hon i hennes ridlärarroll kan hjälpa eleverna att nå sina mål, oavsett kapacitet. Genom sin pedagogik och ridkunskap kan hon hjälpa dem att utveckla sin ridning för att nå målen, eller förklara för dem vad de behöver göra för att realistiskt kunna nå sina mål.

”Det är ingen som har önskat eller som vill rida uppe på månen, det går ju kanske inte. Men om de vill ha som långsiktigt mål att rida OS, varför skulle de inte kunna det?” (ridlärare 1)

”Om de har svag kapacitet men vill nå sina mål och då kan ju jag hjälpa dem hitta verktygen för att de ska nå sina mål.” (ridlärare 2)

Ridlärare 3 däremot tycker att elevernas mål kan vara orealistiska, framför allt för vad de vill göra på lektionerna. Hon tror att detta kan bero på att föräldrarna trycker på och vill att deras barn ska utvecklas snabbt. Hon förklarar att barn och ungdomar ofta svävar iväg och vill för mycket på en gång. Till exempel vill barnen som knappt lärt sig styra lära sig galoppa, vilket hon inte tycker är realistiskt.

Samtliga ridlärare tror att ridskolan har kapacitet att möta elevernas mål. Dock menar ridlärare 1 att eleverna kan behöva ändra sina mål för att kunna uppnå dem på ridskolan. Till exempel kan de inte tävla mästerskap i ponny på ridskolans hästar, men de kan få hjälp från ridskolan med vad information om vad som krävs för att göra det. Oftast brukar

detta resultera i att eleverna ändrar sina mål, då de inte har möjlighet att till exempel köpa egen ponny för ett mästerskap. Ridlärare 2 upplever inte att någon elev har mål som inte kan uppnås på ridskolans hästar. Ridskolans hästar har kapacitet för lätt A hoppning och medelsvår C dressyr och hon känner inte till någon ridskoleelev som har som mål att tävla högre klasser än så. Ridlärare 3 tror att ridskolan kan möta elevernas mål genom att föra dialog med eleverna och vara lyhörda för deras mål. Hon tror däremot att eleverna byter till någon annan ridskola om deras mål inte stämmer överens med ridskolans. Hon menar på att valet av ridskola baseras på hur väl denna stämmer överens med egna mål och värderingar - både för personal och elever.

”Man är ju på en ridskola som man tycker lite hänger ihop med sina egna värderingar eller mål liksom för att känna att det känns bra.” (ridlärare 3)

Även eleverna tror att deras mål är fullt rimliga utifrån ridskolans kapacitet. Elev 1 menar på att hon har sett många på ridskolan utvecklas långt och att hon också kommer ha möjlighet att göra det. Elev 2 upplever det som att hon på ridskolan till och med får mer hjälp än vad hon behöver i form av feedback, tips och råd, både från personal och ridkompisar. Elev 3 tror också att hon kan utvecklas på sin ridskola. När hon tänker på att hon i framtiden vill hoppa en bana på 1.30 meter, inser hon att hon inte kan göra det på ridskolans hästar, då de inte får hoppa så högt. Dock tror hon att hon på ridskolan kan få den grundridningen med teknik och teori som hon behöver för att hoppa en högre bana. Möjligheten att hoppa högre tror hon snarare att hon kan få via det ridgymnasium där hon studerar.

”Jag tror absolut att det här kommer gå, till slut.” (elev 2)

Något som har ett mycket stort inflytande över samtligas målsättningar är hästarna. Samtliga elever menar på att de sätter sina ridmål efter vad hästarna klarar av, snarare än vad de själva skulle vilja prestera. En av eleverna berättar om hur hon var tvungen att byta häst, vilket gjorde att hon inte nådde sitt mål som hon hade med första hästen. Detta skapade känslor av besvikelse, då hon inte uppnått sina mål. När hon istället fick en yngre och mer orutinerad häst, förde hon istället över målet på denna. I och med att hästen är yngre och mer svårriden, blir hon fortfarande motiverad av sitt mål, trots att det flyttas längre fram i tiden.

”Då blir jag ju väldigt besviken på mig själv att ”fasiken jag kom inte dit” men då blir det ju att jag släpper inte det målet bara för att jag inte kommer dit, utan nu har ju jag valt att föra över det till den hästen som jag har nu.” (elev 2)

”Det beror på hur kunniga hästarna är och sedan får man ju göra målen lite för det.” (elev 1)

”Det är väl klart att man alltid måste anpassa sig efter hästarna och sådär.” (elev 3)

I de fallen där själva hästen inte är avgörande för målet, blir också formuleringen och målbilden betydligt tydligare. Det kan till exempel ses i ridlärarnas mål för deras undervisning. Där är de inte beroende av att samspelet med en häst ska fungera eller att de behöver en specifik häst för att kunna rida en viss klass.

Sammanfattningsvis kan konstateras att flera av respondenterna uttryckte att de upplevde målsättning som svårt. Även målens påverkan på självförtroendet lyftes fram. Elevernas syn på sin egen kapacitet och talang varierade. Eleven med sämre självförtroende hade också svårare att sätta mål. Samtliga elever tror att deras ridlärare tycker att de har kapacitet att utvecklas. Ridlärarnas syn på sina elevers kapacitet varierade. Överlag är ridlärare och elever överens om att ridskolor och deras hästar i nuläget har möjlighet möta elevers olika mål. Vikten av att målen som sätts upp ska vara realistiska lyfts fram i denna del av resultatet. Ridlärarna upplever att de ibland kan uppfatta elevernas mål som orealistiska. Hästarna ansågs ha ett stort inflytande över målsättningen och i de fall där hästar inte var avgörande för målen blev både formuleringen och målbilden tydligare.

DISKUSSION

Nedan kommer först respondenternas tankar kring mål och målformulering att diskuteras med frågeställningen ”*Hur medvetandegörs, formuleras och uttalas ridskoleelevers mål?*” i åtanke. Sedan följer en diskussion kring *hur ridskoleelevers mål förvaltas* med ingångspunkt i vilka olika målbilder som finns för eleverna, hur målen möts, hur gruppindelningen sker, hur målen utvärderas och uppföljs, vad som motiverar respondenterna samt deras syn på självkänsla och självförtroende kopplat till mål. *Hur eleverna önskar arbeta med målsättning i sin ridning* diskuteras genomgående med utgångspunkt i deras resonemang kring målformulering, olika målbilder för eleverna samt vikten av realistiska mål kopplat till kapacitet och talang. Avslutningsvis diskuteras kort studiens material och metod samt ges förslag på eventuella fortsatta studier.

Mål

Ingen av ridlärarna rider på elitnivå. Ridlärare 1 uttrycker en önskan om att tävla högre klasser med sin häst i framtiden. Enligt Hassmén, Hassmén och Plate (2003) har de mest framgångsrika idrottarna på en elitnivå visat sig ha en förmåga att använda både resultat-, prestations- och processmål. För att denna ridlärare ska klara av att tävla på en elitnivå, skulle hennes målsättningsarbete behöva utvecklas.

Intressant i denna studie är att målen hos ridlärare respektive elev från samma ridskola är relativt lika i sina karaktärsdrag. Ridlärare 1 uttrycker både subjektiva mål samt objektiva resultat- och processmål när hon pratar om sin egen ridning. Hon pratar både om kortsiktiga, långsiktiga och drömmål, där det kortsiktiga målet känns realistiskt och nära i tid medan drömmålet är utan plan och saknar nuvarande grund i hennes egen kapacitet. Detsamma gäller elev 1. Hon har tydliga mål både kortsiktigt, långsiktigt och för drömmar. Dock beskriver hon inga processmål, utan endast prestationsmål. Både elev 1 och ridlärare 1 är mycket positiva till målsättning men säger sig samtidigt uppleva att det kan vara problematiskt att formulera mål. Eleven beskriver det som att det är viktigt att sätta mål som realistiskt kan uppnås inom en överskådlig tid, vilket gör att det inte känns onåbart. Ridläraren menar att konstanta mål som är högt satta även kan skapa stress.

”Kortsiktigt är stabila rundor i 1.40. Sedan har jag en dröm förstås att min häst ska gå 1.50” (ridlärare 1)

”Jag ska tävla på söndag och jag vill rida godkänt LB:1 i dressyr.” (elev 1)

”Jag vill rida OS.” (elev 1)

Både ridlärare 2 och elev 2 formulerar sina mål som processmål: de vill utvecklas och bli bättre i sin ridning. För dem spelar det ingen roll vart det leder i slutändan, utan det är resan och processen som är det viktiga.

”Nu ligger jag på 1.10 hoppning och LA dressyr, debutant fälttävlan med den hästen som jag har nu och jag vill komma vidare till nästa nivå.” (ridlärare 2)

”Mina mål är ju att, jag har elever som jag har tagit från ridlekisåldern upp till att de nu tävlar och vinner liksom. Och jag vill, alltså, jag vill göra den resan med dem. Sedan vart den resan leder, det är inte det viktigaste.” (ridlärare 2)

”Ta oss ut på tävlingsbanan liksom, det är målet.” (elev 2)

”Bara komma så långt som det går i min ridning. Sedan om det slutar med att jag liksom ja men jag tävlar bara lokalt här på hemmatävlingarna eller om det blir att jag typ helt plötsligt sitter i typ landslaget och tävlar, det vet jag inte.” (elev 2)

Varken ridlärare 3 eller elev 3 anser att de är bra på att sätta mål för sig själva. Båda uppger att de tycker att det är bra och viktigt att sätta mål, men att de inte är bra på att göra det själva. De säger båda två att de ”lever i nuet” och inte vill se så mycket framåt.

”Alltså det är ju jätteviktigt men jag själv är ju inte så jätteduktig på att sätta mål liksom.” (ridlärare 3)

”Jag är ingen tänkare direkt, jag lever mer i nuet, typ.” (ridlärare 3)

”Sätta upp mål, alltså behovet har jag väl inte.” (elev 3)

”Jag har inte så mycket mål så utan jag kör på nuet.” (Elev 3)

Detta kan sättas i relation till Baumans (2004) tankar om att individens mål präglas av vilka mål som anses eftersträvbbara i gruppen. Huruvida detta beror på att det är dessa målbilder som är tongivande för ridskolorna, eller om det är ridlärarna som präglat sina elever framkommer dock inte. Thorells (2017) studie visade på att ridskoleryttare uppfattar sina ridlärare som förebilder. Detta skulle kunna tyda på att det är ridlärarnas resonemang som avspeglar sig i elevernas.

Målformulering

Samtliga ridlärare frågar sina elever efter mål men lämnar det sedan vid just den frågan och inte hur de ska nå fram till målen. Enligt Strawson (1995) börjar ett mål realiseras när det skrivs ned och det nedskrivna målet ska innehålla önskade slutfasen och vilka steg som krävs för att nå dem. Två av ridlärarna (1 och 3) har färdiga formulär där eleverna får skriva in vilka mål de har. Den elev som rider på en ridskola som muntligen frågar

efter elevers mål men inte ber om att få dem nedskrivna, har ändå sina egna mål nedskrivna på en lista. De formulären som eleverna får fylla i innehåller dock endast slutmålet och inte vilka steg som krävs för att nå dem. Inte heller eleven som skriver ned sina mål självmant har någon nedskriven plan för hur hon ska nå sina mål. Ridskolorna har tagit ett första steg i arbetet med målsättning, men skulle behöva utveckla detta ytterligare.

I teoridelen nämns att mål bör vara specifika och mätbara, relativt höga men ändå realistiska, både lång- och kortsiktiga, av typen resultat- prestations- och processmål, både träningsmål och mål för tävling samt positivt formulerade, för att de ska vara så effektiva som möjligt (Gould 2001). Samtliga intervjuade i studien har funderat kring sina mål och satt upp vissa mål. Dock skulle samtliga, enligt Goulds teori, dra nytta av utöka målarbetet. Elev 1 är den som kommit längst i sitt målarbete, då hon både har kortsiktiga- och långsiktiga mål, samt ett drömmål.

En ridlärare lyfter fram att det är just frågan om målet som är det viktiga och inte vad målet i sig är. Detta för att eleven då känner sig sedd och ridskolan framstår som seriös. Mål kan förtydliga förväntningarna, sätta fokus, öka motivationen, ge självförtroende, förbättra kvaliteten på träningspassen, förbättra prestationen, identifiera resultat och styra riktningen för träningen (Strawson 1995). Detta kräver dock att målen bland annat är accepterade, realistiska och tidsbestämda, vilket inte garanteras på dessa ridskolor. Ett vidare arbete med målsättning skulle kunna vara att inte bara ställa frågan om mål till eleverna, utan följa upp dessa och diskutera hur eleverna ska ta sig dit. Ridlärarna säger att de i fall där målen sticker ut kan förklara för eleverna att de inte kortsiktigt är realistiska eller hur mycket arbete de skulle kräva, men även de elever som har mindre utstickande mål skulle behöva sätta sig ned och fundera på hur de ska nå målen för att de ska bli möjliga att uppnå. Detta är även något som en av eleverna uttrycker, då hon säger att hon gärna skulle vilja ha en nedskriven plan för att nå målen eftersom det då skulle bli lättare att se hur hon ligger till och vad som är nästa steg.

Olika målbilder för eleverna

Att elevernas mål inte förvaltas till fullo blir tydligt av det faktum att eleverna känner sig osäkra på om deras ridlärare har samma mål för deras ridning som de själva har och att ridlärarna inte alltid anser att de har samma mål för eleverna som de själva har. En del av att mål ska vara effektiva, är som tidigare nämnts att de ska vara just accepterade (Strawson 1995) vilket de i dessa fall inte är. Har inte ridläraren samma mål för eleven som eleven själv, betyder det att elevens mål inte är accepterat.

Ridlärarna upplever föräldrappress som en stor faktor till att vissa elever sätter för höga mål och vill utvecklas snabbare än vad det finns möjlighet till. En anledning till detta som ridlärarna lyfter fram är att ridsporten är så pass dyr att föräldrarna vill ha utdelning på det de betalar för, i form av att deras barn ska utvecklas snabbt. I Unga i och om framtidens idrottsorganisering av Hedenborg och Glaser (2013) framkom att kostnader påverkade ungdomars idrottande, bland annat vad gäller hur de såg på vad de betalade för. Ingen av de intervjuade eleverna upplever dock att föräldrarna har några andra mål för deras ridning än vad de själva har. Återigen skulle samtliga ridskolor gynnas av att

diskutera de mål som eleverna har med sin ridning, både med eleverna, men kanske också genom medskick till eller via direkt kommunikation med föräldrarna. Bland annat för talangutveckling har en rad miljöfaktorer visat sig ha betydelse, såsom samarbete mellan tränare och stöd från familj (Henriksen 2010). Det är därför viktigt att föräldrarna stöttar eleverna i deras ridundervisning och samarbetar både med eleverna själva och med ridläraren. Enligt Nilsson (2005) måste både individernas egna mål, gruppens mål men också organisationens mål överlappa för att en grupp ska fungera. Detta skulle även kunna tillämpas till föräldrarnas mål, då dessa står i nära relation till ungdomarna som utövar ridsporten.

Möta olika mål

Då ridlärarna talar om hur de kan möta olika individers mål i en grupp menar de på att detta görs genom att instruera på olika sätt. Dock tyder detta på att ridlärarna blandar ihop olika sätt att undervisa individuellt utifrån kunskapsnivå och aktuell problematik med att utbilda alla elever mot deras olika mål. De möter snarare elevernas olika inlärningssätt, än deras mål med ridningen. Ridlärare 2 talar till exempel om att en duktig instruktör klarar av att ha elever med olika mål och olika nivå i sin ridning i gruppen, utan att eleverna märker av att är så stor skillnad och att detta är något hon själv är bra på. Här talar hon om att i samma övning anpassa kraven så att den svagare får simplare instruktioner medan den starkare får mer komplexa, vilket snarare tyder på anpassning efter kunskapsnivå, snarare än målbild. I kompetensbeskrivningarna för de olika nivåerna av Svensk Ridlärare är det just inlärningsmiljön både för elever i grupp och enstaka elever, olika människors inlärningsförmågor i olika åldrar och att anpassa undervisningsmetodik till olika elevers kunskapsnivåer som står i centrum (Svenska Ridsportförbundet 2016). Anledningen till att ridlärarna inte tydligare arbetar för att möta de olika målen i gruppen, skulle helt enkelt kunna vara för att de inte har verktygen till det. Målformulering används mer inom coaching än inom undervisning och i dagsläget är det främst undervisningsmetodik som studeras i utbildningarna för svensk ridlärare, snarare än coaching.

Ridlärarna beskriver hur de brukar fråga grupperna vad de vill lära sig under kommande terminer och ibland även låta gruppen prata ihop sig och bestämma en övning tillsammans. Detta tyder på att ridlärarna snarare försöker möta gruppens gemensamma mål, än den enskilda individens. Enligt Bauman (2004) präglas individens mål efter vilka mål som anses eftersträvbbara i en viss grupp. Detta skulle kunna innebära att de elever som har utstickande mål i gruppen justerar dessa för att bli mer enhetliga med ridgruppen.

I Thorell et al.:s studie (2016) framkom att ridlärare upplevde det som att ridningen måste göras mer attraktiv och möta kundens efterfrågan samt att de själva måste vara mer "service minded", mycket på grund av ekonomiska förändringar. I denna studie vittnar ridlärarna om att de allt mer använder sig av privatlektioner på ridskolorna för att möta elevernas efterfrågan, trots att detta inte inbringar någon ekonomisk vinning för ridskolan. Detta tyder på att ridskolorna i dagsläget inte har möjligheten eller kunskapen att möta enskilda individers mål i större grupper, utan att dessa snarare efterfrågar individuell träning.

Gruppindelning

Ryan och Deci (2000) beskriver vikten av att individen själv har möjligheten till frihet att bestämma och styra över sig själv och sin tillvaro samt hur detta höjer motivationen. Ridlärarna frågar visserligen efter elevernas mål men har inte möjligheten att förvalta dessa till fullo. Istället görs gruppindelning efter kunskapsnivå snarare än elevernas målbilder, vilket hämmar individens möjlighet att själv styra över sitt idrottande. Då ridning är en individuell idrott som utövas i grupp, kan de individuella målen bitvis åsidosättas för gruppens bästa. Samtidigt måste gruppen fungera och ha en bra sammanhållning, då studier visar att idrottare arbetar hårdare för att uppnå sina mål när de upplever en god sammanhållning i laget (Prapavessis & Carron, 1997).

Samtidigt har samtliga ridskolor specialgrupper i åtminstone dressyr och hoppning. Dessa grupper refereras ofta till som "tävlingsgrupper" och en av eleverna beskriver det som att det är underförstått att eleverna i dessa grupper ska ha tydliga mål och vilja tävla, även om hon själv nödvändigtvis inte känner så. Forsbergs (2007) studie av flickor i stallet visade att det medförde en viss social status att få rida i tävlingsgrupp. Dessa typer av grupper kan därför ses som en motivationsaspekt för ryttare att rida på ridskola. Denna aspekt är dock yttre motivation, då belöningen blir social status snarare än tillfredsställelsen av själva utövandet. En yttre motiverad individ känner sig ofta pressad och mer nervös då känslan av kontroll är mindre (Vallerand 1997). Rimligen rider elever som vill tävla inte alltid i dessa specialgrupper och alla elever i specialgrupperna vill nödvändigtvis inte tävla. Genom att anpassa grupper och övningar efter mål snarare än kunskap, skulle elevens inre motivation kunna lyftas fram, snarare än att bygga på yttre motivation. På så sätt skulle press och nervositet hos elever kunna undvikas och mål skulle istället kunna leda till glädje och känslan av att lyckas.

Enligt Nilsson (2005) är det viktigt att en grupp har tydliga mål både för individerna och för gruppen för att denna ska bli effektiv. I denna studie är samtliga elever omedvetna om övriga elevers mål i deras ridgrupp. Eleverna är dock fullt medvetna om de övriga elevernas kunskapsnivåer. En av eleverna nämner att hon kan inspireras och motiveras av hennes kompisar ridmål. Genom att tydligare lyfta fram varje individs mål i gruppen och även relatera detta till varför gruppen gör vissa övningar, skulle ridlärare kunna få sina elever att känna sig mer delaktiga i sin egen utbildning. I Hedenborgs och Larnebys (2016) studie av unga och idrottande, visade sig en av anledningarna till att ungdomar slutar med föreningsidrott vara att de upplevde att de aldrig skulle "bli något". Genom att tydligare lägga vikt vid varje individs mål i gruppindelning och lektionsplanering, skulle ridlärare hypotetiskt kunna bidra till en känsla av att lyckas och på så sätt undvika känslan av att eleverna inte kommer "bli något".

Utvärdering och uppföljning av mål

Ingen av ridskolorna har något system för att utvärdera och följa upp elevernas mål. En av ridlärarna uttalar till och med att målet i sig inte är så viktigt, utan att det är frågan som får eleven att känna sig sedd och därmed spelar roll. Enligt Latham och Locke (2006) baseras upplevelsen av framgång snarare på en prestation i förhållande till idrottarens

mål, än på en absolut prestationsnivå. Därför är det viktigt att följa upp målen hos eleverna, snarare än att endast stämma av deras kunskapsnivåer. Har eleven högre mål än kunskapsnivån för gruppen, kommer denna per automatik inte känna sig lyckad bara för att den uppfyller gruppens kunskapskriterium, då den inte nödvändigtvis uppfyller sina mål.

Tidigare forskning har visat att elever anser att ridning är bra för att stärka självförtroendet, då elevernas självförtroende stärktes när de vågat göra något de var lite rädda för, samtidigt som självförtroendet dock sjönk när lektionen däremot uppfattats som misslyckad (Lundesjö-Öhrströms 1998). Även i denna studie framkommer ridningens påverkan på självförtroende, men här ur ett målperspektiv. En ridlärare beskriver hur uppnådda mål kan få en ryttare att känna sig duktig och motiverad, medan en elev vittnar om hur det har fått henne att känna sig dålig när hon inte lyckats med sina mål. Att få känna sig kompetent och duktig är en grundläggande drivkraft för motivation och för att kunna prestera inom en idrott (Roberts 2001). Detta är ytterligare en anledning till varför ridskolor skulle behöva bli bättre på att inte bara fråga efter elevernas mål, utan också diskutera huruvida de är tillräckligt höga för att motivera men inte så höga att de skapar ångest, samt att följa upp elevernas mål och utvärdera dem. Ett grundläggande arbete för att följa upp varje individuell elevs mål är dock mer tidskrävande än att bara dela ut ett formulär. Dock skulle det ändå kunna löna sig för ridskolan på längre sikt, att lägga tid på detta, i form av elever som är nöjda och stannar kvar. Här gäller det att se det ur ett ekonomiskt perspektiv - vad är rimligt för ridskolorna att mäta med utan att gå med förlust? Ridlärarna i studien uppger att de erbjuder privatlektioner till sina elever trots att dessa inte inbringar någon direkt ekonomisk vinning, då de skapar en positiv relation till sina elever/kunder. Även ett välutvecklat målsättningsarbete skulle kunna skapa en positiv relation till kunderna, även om den direkta ekonomiska vinningen inte skulle vara så stor.

Motivation

Elevernas motiv till att rida på ridskola bygger framför allt på känsla av gemenskap och utveckling. Något de däremot upplever som negativt med ridskolan är gränserna som finns vad gäller möjligheten att göra vad de vill med ett ridpass eller en häst. I Ridsporten vill lyfts vikten av att barn och ungdomar har rätt att påverka sitt eget idrottande (Svenska Ridsportförbundet 2012). Ryan och Deci (2000) talar om vikten av att individen själv får bestämma över och kunna påverka sin egen tillvaro. Detta är dock något som är svårt att uppfylla på en ridskola, då flera aspekter måste räknas in. Den främsta aspekten är hästens välbefinnande. Dessutom måste elevernas säkerhet tas i beaktning samt ekonomiska vinningen för ridskolan. Genom ett tydligt målarbete för varje individ skulle dock elevens känsla av självbestämmande kunna ökas.

I studien av Hedenborg och Glaser (2013) framgick att det som lockat ungdomar till idrotten är sammanhållning, glädje, prestation, tävling och hälsa, samt att umgänget med vänner och samhörighet ses som en viktig drivkraft till att delta i idrottsaktiviteter, då sammanhållningen ger glädje. En positiv punkt som lyfts fram i denna studie är att samtliga elever kan tänka sig att rida kvar på ridskolan i framtiden. Det är främst

gemenskapen och möjligheten till utveckling som får eleverna att vilja stanna kvar. Här är det viktigt att ridskolorna även i fortsättningen kan ge eleverna en känsla av att de utvecklas och behåller motivationen hos dem. Då goda kunskaper om målsättningsarbete är positivt relaterat till motivation (Duda 2004) skulle fortbildning inom just detta område gynna ridlärarna i sitt arbete att hålla eleverna motiverade och kvar på ridskolan.

I Thedin Jakobssons och Engströms (2008) studie, framkom att ridningen som idrott hade många många aktiva från sju till 12 år men att det därefter skedde en markant nedgång. Bland de som stannat kvar upplevde ungdomarna att utveckling inom sina idrotter, att lära sig nya färdigheter och klara av sådant de tidigare inte kunnat som motiverande, var det som var roligt och meningsfullt. De såg det också som betydelsefullt att ingå i ett sammanhang med andra som delade samma intresse. Dessa tankar kring motivationen att rida kvar på ridskolan stöds även i denna studie.

Självförtroende och självkänsla

Två av eleverna har gott självförtroende vad gäller sin ryttarkapacitet och talang och visar också på en god självkänsla. En av eleverna är mer restriktiv när hon pratar om sin kapacitet och talang och ser sig själv som medelmåttig. Hon beskriver också hur hennes självkänsla bitvis sviktar. Campbell och Lavalley (1993) beskrev hur självkänslan har en starkt påverkan på motivationen. Carlsson och Olsson (2008) menade att ett dåligt självförtroende kan leda till att en individ har svårt att ta sig an nya uppgifter och att ett dåligt självförtroende ofta bidrar till osäkerhet och en rädsla för att misslyckas. Detta skulle kunna vara en av anledningarna till att eleven med sämre självkänsla också har svårt att motivera sig genom tydliga mål. Hon har som tidigare nämnts svårt att sätta mål för framtiden som hon inte vet att hon kommer lyckas med, eftersom ett misslyckande skulle få henne att må sämre. Här skulle ridläraren kunna spela en viktig roll i att hjälpa eleven formulera realistiska mål. För det behövs dock mer kunskap och tid behöver avsättas. Inom coaching talas ofta om att arbeta mot mål (Berg 2007) och därför är det viktigt att lyfta in detta område tydligare i ridlärarutbildningar. Det är även viktigt att ridskolors styrelser och ledning ser till att tillräcklig tid avsätts åt ridläraren för planering. I planeringstiden skulle samtal med elever om målsättning till exempel kunna ingå.

Ridlärarna har överlag blandad syn på sina elevers kapacitet och talang. Då vuxnas förhållningssätt till ett barn kan påverka dess självkänsla och självförtroende (Juul 2004) är det viktigt att eleverna får känna att deras ridlärare tror på dem. Eleverna som intervjuats i denna studie vet inte hur deras ridlärare ser på deras kapacitet och talang, utan gissar bara. Elev 1 och 2 tror dock att deras ridlärare tycker att de är duktiga. Elev 3 är mer restriktiv i sitt resonemang och tycker att det är svårt att veta vad andra ser i henne. Hinic (2004) menade att den prestationsbaserade självkänslan i högsta grad påverkas av andras syn på individens kapacitet och kompetens. För samtliga elever, men framför allt för elev 3, skulle någon form av utvecklingssamtal liknande dem i skolor, där tron på elevernas förmåga lyftes fram, kunna hjälpa till att stärka självkänslan.

Självförtroende kännetecknas av känslan att kunna och stärks bland annat genom beröm (Wahlström 1993). Viktigt här är att varje individ i ridgruppen syns och upplever att den får positiv feedback från sin ridlärare. Då talang kan anses vara ett resultat av medveten,

planlagd träning (Ericsson 1993) är det viktigt att varje individ som vill utvecklas också får möjligheten att individanpassa sin ridning, även i gruppen. I ridgrupperna är det som tidigare nämnts gruppen som står i fokus, vilket gör individanpassningen limiterad. Svenska Ridsportförbundet definierar talang som en kombination av kapacitet och inställning (Fyrberg & Ortiz Bergström 2009). Det gäller alltså inte bara att ta tillvara på den uppenbara talangen som visar sig i en grupp, till exempel hos en elev som redan besitter mer kunskap, utan det gäller också att fånga upp dem med en inställning som kan leda till att de når sin fulla kapacitet i framtiden. Flera av ridlärarna förklarar hur de anpassar undervisningen med svårare hästar eller mer ingående instruktioner till de som kan lite mer. Om de istället anpassade undervisningen till vad eleverna var motiverade till att lära sig, skulle kanske fler kunna utveckla sin kapacitet och visa på oanad talang.

Burton (1993) lyfte fram att målsättning inte bara har positiva konnotationer utan även kan skapa stress hos idrottare. För elev 3 är mål mer förknippat med obehag än med motivation. Eleven beskriver det som att hon tidigare satt för höga mål som hon velat uppnå på en gång och det sedan skapat stress när hon inte klarat av att nå dem. För att undvika stressen har hon nu slutat sätta mål överhuvudtaget. Railo (1992) beskriver hur vissa individer sätter målen för lågt men har samtidigt för höga krav på sig själva och att det i dessa situationer är bättre att höja målen och sänka kraven på sig själv för att få en positiv utvecklingskurva. Detta skulle kunna tillämpas på den här eleven i dagsläget, då hon beskriver hur hon vill lyckas och utvecklas med det samma men inte sätter några mål för sin prestation. Hon uppger att hon gärna skulle vilja sätta mål men att dessa då ska vara realistiska utifrån hennes kapacitet. Hon vet inte själv hur hon ligger till kapacitetsmässigt och vilka mål som skulle vara rimliga för henne, utan skulle vilja diskutera detta med sin ridlärare. Problemet är att hennes ridlärare inte heller använder sig av målsättning och därför inte per automatik kan fungera som ett bra bollplank i elevens målsättningsarbete. Eleven har svårt att motivera målsättning, då hon tidigare upplevt det som att hon inte nått sina mål. Dock behöver det inte enbart bero på den individuella personen i fråga om motivationen tryter, utan det kan också bero på personer i omgivningen, såsom läraren och att motivationen tryter kan därför vara ett tecken på att den som motiverar har fel strategi (Faskunger 2001). Den aktuella ridläraren frågar visserligen efter mål, eftersom ridskolan har det som policy. Dock är hon själv inte bekväm i målsättningsarbete och kommer således förmodligen inte heller inspirera hennes elever till att sätta mål för sin ridning. Så länge eleven och ridläraren på denna ridskola inte associerar mål till någonting positivt, är det inte heller säkert att tydliga mål skulle förbättra deras prestationer. Målet behöver nämligen inte förbättra prestationen, om målet skapar negativa reaktioner, kognitiva och emotionella, hos idrottaren (Bueno et al 2008).

Även ridlärare 1 som i grunden är positiv till mål och höga drömmar, lyfter fram vikten av att kort- och långsiktiga mål är realistiska, för att de ska bidra till ökad motivation. Hon berättar om hur för höga mål har lett till stress men hur rimliga mål bidrar till en känsla av hopp och att stärka människor. Detta går i linje med Nilssons (2005) teori om hur mål väcker känslor om hopp eller kanske hopplöshet. Beroende på hur målen sätts upp menar ridläraren att de både kan lyfta och tynga ned.

Roberts (2001) beskrev att en grundläggande drivkraft för motivation och för att kunna prestera inom en idrott är att få känna sig kompetent och duktig. I resultatet framkommer också, genom ridlärare 1, att mål ger en känsla av stärkt självförtroende, då hon upplever att uppfyllda mål ger en känsla av att lyckas och får henne att känna sig duktig. Latham och Locke (2006) beskrev hur upplevelsen av framgång framför allt baseras på en prestation i förhållande till idrottarens mål, snarare än på en absolut prestationsnivå. I arbetet med målsättning på ridskolor behöver målen således inte sättas på en högre nivå än vad ridskolorna och ridlärarna klarar av att möta och förvalta. Det viktigaste är istället att eleverna får vara delaktiga i sin målsättning och framför allt att målen följs upp och utvärderas när de uppfylls. På så sätt får eleverna, genom en form av erkännande från ridlärarna när elevernas mål uppnåtts, känna att de lyckats och att de är duktiga.

En av eleverna beskriver hur hon fick ändra sitt mål då hon hastigt fick byta häst. Detta ledde först till en känsla av misslyckande, men efter att hon flyttat över målen på en mer svårriden häst hittade hon ny motivation. Forsberg (2007) beskrev i sin studie att det gav högre status att tävla på en svårriden häst än att tävla på en lättriden, även om resultatet blev sämre. Att dessutom till slut lyckas efter att ha arbetat vidare med en svår häst gav högst status. Att flytta över en elev som inte nått sina mål på en svårare häst, skulle därmed kunna ses som ett bra sätt att hålla elevens motivation uppe, trots att elevens mål inte kunde uppnås som planerat. Huruvida detta var en planerad strategi eller ej från ridlärarens sida framkommer inte i studien, men resultatet blev oavsett mycket positivt.

Samtliga intervjuade menar att hästarna på olika sätt påverkar deras målsättning. Detta skulle kunna vara en anledning till att de intervjuade inte gärna talar om några resultatmål när det kommer till deras ridning. För ryttare är resultatmål extra svåra att uppnå, då de utöver sig själva även måste ta hänsyn till hästen och inom dressyren och andra bedömningsgrenar även till domare (Strawson 1995). Istället är det främst subjektiva mål samt prestations- och processmål som lyfts fram. Ryttarna vill ha roligt, utvecklas och få en bra känsla i sin ridning. Både prestationsmål och processmål går att justera på ett sätt som resultatmål inte gör, vilket gör att de kan ändras efter idrottarens utveckling och eventuella förhinder (Weinberg och Gould 2007). Samtliga intervjuade vet att en häst lätt kan skada sig eller av annan anledning inte längre vara aktuell för ett mål, vilket skulle kunna vara en av anledningarna till att de hellre väljer prestations- och processmål snarare än resultatmål.

Material och metod

Denna kvalitativa studie tillför ny kunskap om ett relativt outforskat område som kan vara till nytta för framtida arbete. Kvalitativ analys överlag inbjuder till flera olika förklaringar och analyser, eftersom de bygger på forskarens kapacitet för tolkning (Denscombe 2009). Jag är fullt medveten om att mina egna värderingar, normer, övertygelse och erfarenheter kan ha påverkat resultatet, men just min medvetenhet om detta är en anledning till att jag kunnat förhålla mig till detta faktum. Till exempel slog det mig hur olika jag och flera av de intervjuade ser på mål. Jag är själv mycket resultatorienterad i mina mål och förväntade mig att de jag intervjuade skulle sätta mål som innebar att vinna en viss klass eller liknande. Dessa mål var dock i princip

frånvarande i studien. Jag har försökt att förhålla mig så objektiv som möjligt både under intervjuerna samt i tolkningen av dem. Detta hade dock kunnat underlättas om fler författare hade stått bakom denna studie. På så sätt hade intervjuerna och tolkningarna grundat sig i flera infallsvinklar, vilket hade ökat chanserna för objektivitet.

Som nämnts i teoridelen menade Denscombe (2009) att intervjuer som sker personligen stimulerar till att respondenten ger mer information. Vad gäller intervjuerna med eleverna upplevde jag det som viktigt att de gjordes personligen. Jag upplevde det som att dessa behövde skapa någon form av relation till mig som intervjuare för att öppna upp och berätta mer. Jag kunde också avläsa på elevernas kroppsspråk om de var osäkra eller hade något mer de egentligen ville berätta och kunde därför ställa följdfrågor som fick dem att utveckla sina svar. Den ridläraren som intervjuades per telefon gav dock inte mindre information än de övriga ridlärarna. Hon upplevdes inte hämmad av att intervjun skedde per telefon istället för personligen.

Studien blev betydligt mer omfattande och tidskrävande än planerat. Såväl bokningen av intervjuerna, genomförandet, transkriberingen samt tolkningen krävde åtskilliga fler timmar än medräknat i arbetsplanen. Detta resulterade i att delar av intervjuerna, som hade mindre med studiens kärna att göra, fick utelämnas i resultatet för att arbetet skulle bli genomförbart i tid. Även ur denna aspekt skulle denna studie ha dragit nytta av fler medförfattare som hade kunnat dela arbetsbördan. Alternativet hade varit att minska intervjumallen och därmed också hålla resultatet mindre omfattande och spretigt, det vill säga mer stringent.

Förslag till framtida studier

Denna studie belyser hur målsättningsarbetet ser ut på ridskolor i dag. Intressant för framtida studier skulle vara att undersöka hur en vidareutveckling av målsättningsarbetet skulle kunna se ut. Vilka åtgärder skulle vara rimliga för ridskolor vad gäller uppföljning och utvärdering av mål? Här skulle de ekonomiska aspekterna kunna belysas samt vilken effekt ett sådant arbete skulle kunna få på att elever stannar kvar på ridskolor.

Det skulle också vara intressant att jämföra ridskolors målsättningsarbete med tränares och coachers. Tränare sammankopplar ofta individuella ryttare på privata hästar i en grupp och måste därför ta individens mål i stor beaktning. Coacher använder målsättning som en central del av sitt arbete. Vilka lärdomar skulle ridlärare kunna dra av tränare och coacher?

I denna studie framkom att ridläraren och eleven från samma ridskola formulerade sina målbilder på liknande sätt. Det finns dock begränsningar för att dra slutsatser i kvalitativa studier och detta skulle kunna vara ett rent sammanträffande. Ett förslag på ytterligare studier skulle kunna vara att titta på hur stort inflytande en lärare, tränare eller coach har över sina elevers målformuleringar.

Flera ridlärare vittnar om hur deras ridskolor använder sig av privatundervisning för att tillgodose deras elevers behov. Dock upplever de inte att detta ger någon ekonomisk vinning. Ett förslag på ytterligare studier skulle kunna vara att titta på vilka inkomster

som kan inbringas genom privatundervisning och hur detta skulle kunna bli lönsamt för ridskolor i framtiden.

Slutsatser

Syftet med denna studie var att undersöka huruvida ridskoleelever har uttalade mål för sin ridning, om dessa i så fall uppmärksammas av ridlärarna i upplägg av ridundervisningen och på vilket sätt ridskoleelever önskar arbeta med målsättning kopplat till deras ridning. Efter att nu utforskat elevernas och ridlärarnas tankar kring mål och målformulering, kan konstateras att samtliga respondenter i studien har mål uppsatta men de är olika väl medvetandegjorda samt även olika i sin form. Ridlärarna ämnar uppmärksamma elevernas mål i ridundervisningen men når inte ända fram. Samtliga respondenter i studien anser att målsättningsarbete är viktigt.

Hur ridskoleelevers mål medvetandegörs, formuleras och uttalas skiljer sig åt på ridskolorna. Samtliga ridskolor frågar sina elever efter mål men lämnar det sedan vid just den frågan och inte hur de ska nå fram till målen. Genom formulär eller muntliga frågor uppmärksammas vad eleverna vill med sin ridning. Hur de sedan ska nå dit, eller om de överhuvudtaget kommer att nå dit, läggs ingen större vikt vid.

Ridlärarna är medvetna om elevernas mål, men har nödvändigtvis inte verktygen eller resurserna för att förvalta dessa, vilket svarar på frågan *hur ridskoleelevernas mål förvaltas*. Att elevernas mål inte förvaltas till fullo blir tydligt av det faktum att eleverna känner sig osäkra på om deras ridlärare har samma mål för deras ridning som de själva har och att ridlärarna inte alltid anser att de har samma mål för eleverna som de själva har. Gruppindelningen på ridskolor görs fortfarande efter kunskapsnivå, snarare än elevernas målbilder, vilket hämmar individens möjlighet att själv styra över sitt idrottande.

Gällande frågeställningen *på vilket sätt ridskoleelever önskar arbeta med målsättning kopplat till deras ridning*, kan konstateras att samtliga respondenter, även ridlärarna, anser att målsättning var viktigt. Att fråga om mål upplevs som positivt av ridlärarna, då frågan leder till att individen känner sig sedd. Vissa upplever dock en viss känsla av stress kopplat till målsättning. För att undvika detta önskar eleverna hjälp av sina ridlärare med målsättningsarbetet, så att målen blir realistiska utifrån deras kapacitet och talang. På så sätt kan målsättningsarbetet leda till motivation och ökad prestation, snarare än till prestationsångest och dalande självförtroende. Det kräver dock en ökad kunskap från ridlärarna kring målsättningsarbete. Ridskoleelevers mål kan sättas på en rimlig nivå utifrån ridskolornas kapacitet, så länge eleverna får vara delaktiga i målsättningen och målen följs upp och utvärderas när de uppfylls. På så sätt kan målsättningsarbetet få eleverna att känna att de lyckats och är duktiga.

Sammanfattningsvis är ridlärare måna om att fråga om sina elevers mål, men har inte kunskap eller verktyg att förvalta dem. Det är dags för ridlärare att ta elevernas mål på allvar och lära sig förvalta dem!

POPULÄRVETENSKAPLIG SAMMANFATTNING

Vart vill vi?

– Ridskolorna snubblar på mållinjen

Elevernas personliga mål står allt mer i fokus på ridskolor. Ridlärare är måna om att fråga om sina elevers mål, men har inte kunskap eller verktyg att förvalta dem. Det är dags för ridlärare att ta elevernas mål på allvar och lära sig förvalta dem, menar hippologstudenten Karin Moberg Granström.

Karin Moberg Granström har i kandidatuppsatsen "Vart vill vi? Ridskoleelevers och ridlärares olika målbilder" undersökt hur ridskolor i dagsläget arbetar med elevers målsättningar. Studien tittade på om ridskoleelever hade uttalade mål för sin ridning, om dessa i så fall uppmärksammades av ridlärarna i upplägg av ridundervisningen och hur eleverna skulle vilja arbeta med målsättning i sin ridning. En ridlärare och en elev från tre olika ridskolor intervjuades om mål, motivation och självförtroende.

Frågar men förvaltar inte

Det visade sig att frågan om vilka mål eleverna har ansågs vara viktig att ställa, men att elevernas mål inte alltid kunde förvaltas.

– Bara det att jag frågar direkt såhär "men vad har du för mål med din ridning?" då blir man såhär "wow, hon bryr sig om det, häftigt". Sedan vad hon svarar hit och dit kanske inte är så viktigt men bara det här att man får frågan, säger en av ridlärarna i studien.

I dag har målsättningsarbete blivit allt mer utspritt inom idrotten, inte minst med framväxten av coachning. Karin är själv uppvuxen på ridskola men upplevde aldrig att det pratades om mål och motivation där. På ridskolan var det gruppen som stod i centrum och de egna målen hamnade lätt i skymundan.

Karin har precis utbildats till hippolog, men upplever att det även i hippologutbildningen läggs mycket litet fokus vid hur ridläraren kan möta individernas personliga mål i gruppundervisning. Störst vikt läggs vid olika inlärningsmetoder och hur dessa kan tillgodoses.

Svårt att sätta mål

Alla ridlärare i studien frågade sina elever efter mål men lämnade det sedan vid just den frågan och tog sig inte an hur de skulle nå fram till målen. Genom formulär eller muntliga frågor uppmärksammades vad eleverna ville med sin ridning. Hur de sedan skulle nå dit, eller om de överhuvudtaget kommer att nå dit, lades ingen större vikt vid. Ridlärarna var medvetna om elevernas mål, men hade nödvändigtvis inte verktygen eller resurserna för att förvalta dessa.

Vissa, både ridlärare och elever, tyckte också att det var svårt att sätta mål. Något som lyftes fram som viktigt var att målen var realistiska, så att de inte leder till stress.

Eleverna ville därför gärna kunna ta hjälp av sina ridlärare i målsättningsarbetet. Men för det krävs att ridlärarnas kunskap om målsättning ökar.

Blir som man umgås

I studien sågs ett samband mellan ridlärarnas eget arbete med målsättning och hur deras elever ser på målsättning. Målen hos ridlärare respektive elev från samma ridskola var nämligen relativt lika i sina karaktärsdrag. Det framkommer inte om detta beror på att dessa målbilder var tongivande för ridskolorna, eller om det är ridlärarna som präglat sina elever. Det är också svårt att dra några slutsatser utifrån den här typen av kvalitativa studier. Hur ridlärare, tränare och coacher påverkar sina elevers mål är dock något som Karin tycker skulle vara intressant att undersöka mer i framtiden.

De som intervjuats i studien tyckte alla att det är viktigt med målsättning. Detta gällde även de som i dag inte sätter tydliga mål och till och med kan känna sig stressade av mål.

- Jag tycker att mål är viktiga så att man kan hitta vidare i ridningen och inte blir fast i samma sak och det blir tråkigt när man gör samma sak igen och igen, säger en av eleverna i studien.

Ridlärarna tyckte att föräldrar har ett stort inflytande över elevernas mål, men den uppfattningen delades inte av eleverna. Överlag var ridlärare och elever överens om att ridskolor och deras hästar i nuläget har möjlighet möta elevers olika mål. Självklart spelade också hästarna en stor roll i de intervjuades målbilder.

Mer privat undervisning

Ett sätt att möta elevernas individuella mål på ridskolorna som lyftes fram var genom privatundervisning. Gruppindelningen gjordes fortfarande efter kunskapsnivåer och det visade sig vara svårt anpassa undervisningen efter elevernas olika målbilder. Även målen för ridgrupperna baseras på kunskap. Ingen av eleverna upplevde att deras mål på något sätt utvärderades.

Positiv framtid - med rimliga mål!

Glädjande i studien var att alla de intervjuade eleverna kan tänka sig att rida kvar på ridskolan i framtiden. Det är framför allt gemenskapen och möjligheten till utveckling som får eleverna att vilja stanna kvar.

Karin resonerar kring att det i ridlärarens framtida yrkesroll kan finnas ett stort behov av att kunna möta individens mål. Ridskoleelevers mål skulle kunna sättas på en rimlig nivå utifrån ridskolornas kapacitet, så länge eleverna får vara delaktiga i målsättningen och målen följs upp och utvärderas när de väl uppfylls. På så sätt kan målsättningsarbetet få eleverna att känna att de lyckats och är duktiga. Genom fortbildningar och ökad kunskap om målarbete, kan ridlärare anpassa sin yrkesroll till att möta framtida kunders behov.

FÖRFATTARENS TACK

Jag vill börja med att tacka min eminenta handledare Susanne Lundesjö Kvart som stöttat mig genom åtskilliga mindre upplösningstillstånd. När min originalidé till kandidatuppsats fallerade, vände jag mig till ”Sussi” och bad om handledning i ett nytt projekt. Trots att jag var sen på bollen, uppmuntrade hon min optimistiska arbetsplan. När jag kände tidspress och undrade hur jag någonsin skulle hinna med att få ned allt i skrift, lugnade hon mig med att jag tre dagar innan deadline hade ”oceaner av tid”. Under barnens fotbollsmatcher och lediga helger, har hon offrat sin fritid till att läsa, agera bollplank och bidra med nya infallsvinklar. I teoridelen i detta arbete, framkommer att barn motiveras av beröm. Jag kan konstatera att detsamma gäller vuxna. Ett uppmuntrande sms från Sussi att någon del av mitt arbete var ”jättebra” gav mig motivationen att rusa tillbaka till datorn för att imponera mera. För vem tycker inte om att känna sig duktig?

Jag vill också tacka min man Tobias för att han hindrat mig från nervösa sammanbrott, bland annat genom god matlagning och uppmaningar till många mikropausar. Framför allt vill jag tacka Tobias för att han reste bort i det allra mest kritiska skedet av mitt arbete, så att jag maniskt kunde sitta framför två datorer och en iPad och frenetiskt skriva på samtliga delar av arbetet samtidigt, utan att för den delen förstöra vårt äktenskap.

Slutligen vill jag också tacka samtliga ridlärare och elever som ställt upp på intervjuerna för denna studie. De har bidragit med en enorm öppenhet som gett mig stor inblick i deras tankar och reflektioner, både vad gäller deras realitet, önskade läge och drömmar. Jag hoppas jag förvaltat deras ord väl.

REFERENSER

Litteratur

- Annerstedt, C. (1995) *Idrottsdidaktisk reflektion*. Göteborg: Multicare Förlag.
- Axelsson, E., Hansson, J. & Lind, J. (2008) *Ridundervisningens anpassning till inlärningsstilar*. Fördjupningsarbete, Sveriges Lantbruksuniversitet, Hippologenheten, Uppsala.
- Bauman, Z. (2004) *Att tänka sociologiskt*. Göteborg: Bokförlaget Korpen.
- Berg, M.E. (2007) *Coaching – att hjälpa ledare och medarbetare att lyckas*. Lund: Studentlitteratur.
- Bignell, J. (2002) *Media semiotics: an introduction*. Manchester: Manchester University Press.
- Blomquist, C. & Röding, P. (2010) *Ledarskap - personen reflektionen samtalet*. Lund: Studentlitteratur.
- Bloom, B.S. (1985) *Developing talent in young people*. New York: Ballantine Books.
- Brorsson, M., Holgersson, S. & Ritzman, E. (2010) *Ungdomars motiv kring avhopp från ridskola*. hippologiskt examensarbete, fakulteten för veterinärmedicin och husdjursvetenskap, Sveriges Lantbruksuniversitet, Uppsala.
- Bueno, J., Weinberg, R. S., Fernández-Castro, J. & Capdevila, L. (2008) Emotional and motivational mechanisms mediating the influence of goal setting on endurance athletes' performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. vol. 9, ss. 786–799.
- Burton, D. (1993) Goal setting in sport. I R. N. Singer, M. Murphey, & L. K. Tennant (Red.), *Handbook of research on sport psychology*. New York: Macmillan.
- Burton, D., & Naylor, S. (2002) The Jekyll/Hyde nature of goals: Revisiting and updating goal-setting in sport. I T. S. Horn (red.) *Advances in sport psychology* (2). Champaign: Human Kinetics.
- Butler, R. J. (1997) Performance profiling: Assessing the way forward. I R. J. Butler (Red.), *Sports psychology in performance*. Oxford: Butterworth-Heinemann.
- Campbell, J.D. & Lavalley, L.F. (1993) Who am I? The role of self-concept confusion in understanding the behavior of people with low self-esteem. I R.F. Baumeister (red.) *Selfesteem: The puzzle of low self-regard*. New York: Plenum Press.
- Carlsson, H. & Olsson, P. (2008) *Idrottslärares medvetenhet kring självkänsla – En studie i idrottslärares främjande av elevers självkänsla*. Examensarbete, Kalmar Högskola, Humanvetenskapliga institutionen, Kalmar.
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. (2002) Intrinsic motivation. *International Encyclopedia of the Social and Behavioral Sciences*.
- Denscombe, M. (2009) *Forskningshandboken: för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur.
- Duda, J. (2001) Goal perspective research in sport: Pushing some boundaries and clarifying some misunderstandings. I Roberts, G. C. (red.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise*. Champaign; Human Kinetics.

- Duda, J. (2004) Verifying the Values and Sparking the Sprint: Research and Practice on Motivation in Sport Psychology. I Markula, P. (red.) *Sharing joy, sharing pain: Feminist narratives on sport studies*. New York: SUNY Press.
- Duda, J. & Pensgaard, A.M. (2002) Enhancing the quantity and quality of motivation: The promotion of task involvement in a junior football team. I Cockerill (red.) *Solutions in sport psychology*. London: Thomson.
- Ericsson, A., Krampe, R. & Tesch-Romer, C. (1993) The Role of Deliberate Practice in the Acquisition of Expert Performance. *Psychological Review*, vol. 100(3).
- Falkensson, M. (2002) *Lärande i ridskolan, reflektion och kritiskt tänkande i samband med ridlektioner*. Kandidatuppsats, Lunds universitet, Pedagogiska institutionen, Lund.
- Faskunger, Johan. (2001). *Motivation för motion*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Forsberg, L. (2007) *Att utveckla handlingskraft. Om flickors identitetsskapande processer i stallet*. Licentiatuppsats, Luleå Tekniska Universitet, Institutionen för pedagogik och lärande, Luleå.
- Fyrberg, J. & Ortiz Bergström, J. (2009) *Talang till topp. Tips från coachen - tankar från dig*. Stockholm: SISU Idrottsböcker och Svenska Ridsportförbundet.
- Gould, D. (2001) Goal setting for peak performance. Williams, J. M. (red.) *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. Maintain View: Mayfield.
- Gripsrud, J. (2011) *Mediekultur, mediesamhälle (3)*. Göteborg: Daidalos.
- Gustafsson, H. & Holmberg, H. C. (2008) Vägledning mot prestation - skillnader och likheter mellan elitidrott och forskarvärlden. *Svensk idrottsforskning* (4).
- Gustafsson, H., Hassmén, P., Kenttä, G., & Johansson, M. (2008) A qualitative analysis of burnout in elite Swedish athletes. *Psychology of Sport & Exercise* 9.
- Hassmén, N., Hassmén, N. & Plate, J. (2003) *Idrottspsykologi*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Hattie, J. (2006) *Visible learning. A synthesis of over 800 metaanalyses relating to achievement*. New York: Routledge.
- Hedenborg, S. & Glaser, J. (2013) *Unga i och om framtidens idrottsorganisering*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Hedenborg, S. & Larneby, M. (2016) *Skilda världar – unga i och om framtidens föreningsidrott*. Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Henriksen, K. (2010) *The Ecology of Talent Development in Sport. A Multiple Case Study of Successful Athletic Talent Development Environments in Scandinavia*. Doktorsavhandling, University of Southern Denmark, Faculty of Health Sciences.
- Hinic, H. (2004) *Psykologiska, sociala och motivationsfaktorer inom ungdomsfotbollen*. Licentiatuppsats, Stockholms Universitet, Psykologiska institutionen, Stockholm.
- Houghton-Brown, J. (1995) *Coaching the Rider*. Oxford: Blackwell Science.
- Illeris, K. (2007) *Lärande*. 2:4. ed. Lund: Studentlitteratur.
- Johnson, M. (2003) *Självkänsla och anpassning*. Lund: Studentlitteratur.
- Johnson, U. (2007) Ditt ledarskap. Öland, B.M. (red.) *Idrottsledare för barn och ungdom*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

- Jones, R.L. (2006) *The Sports Coach as Educator: Re-conceptualising sports coaching*. London: Routledge.
- Jordbruksverket. (2005) *Kartläggning och analys av hästverksamhet i Sverige*. Rapport, 2005.
- Juul, J. (2004) *Ditt kompetenta barn*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.
- Karlsson, L. (2001) *Psykologins grunder*. Lund: Studentlitteratur.
- Latham, G. P., & Locke, E. A. (2006) Enhancing the benefits and overcoming the pitfalls of goal setting. *Organizational Dynamics*, 35(4).
- Latham, G. P., & Locke, E. A. (2007) New developments in and directions for goal-setting research. *European Psychologist*, 12(4).
- Lincoln, A. (2008) *Equine sports coaching*. Oxford: Blackwell Publishing
- Locke, E. A. & Latham, G. P. (1990) *A theory of goal setting and task performance*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Lundesjö-Kvart, S. (2013) *Ridlärares pedagogiska praktik: En verksamhetsteoretisk studie*. Uppsala: Elanders Sverige AB.
- Lundesjö-Öhrström, S. (1998) *Ridlektion, ett triangeldrama mellan elev, häst och lärare*. CD-uppsats, Pedagogiska institutionen, Uppsala universitet, Uppsala.
- Maslow, A. (1954) *Motivation and personality*. New York: Harper.
- Nilsson, B. (2005) *Samspel i grupp*. Lund: Studentlitteratur.
- Nilsson, P. (2000) Idrott och modernisering, från kollektiv dygd och skötsamhet till ungdomskultur och individuella projekt. I Berggren, L. (red) *Fritidskulturer*. Lund: Studentlitteratur.
- Patel, R. & Davidson, B. (2003) *Forskningsmetodikens grunder - att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.
- Prapavessis, H.V. & Carron, A. (1997) Sacrifice, cohesion, and conformity to norms in sport teams. *Group dynamics 1*.
- Railo, W. (1992) *Nya Bäst när det gäller*. Farsta: SISU.
- Roberts, G. C. (2001) *Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivational process*. Champaign: Human kinetics.
- Ryan, R.M. & Deci, E.L. (2000) The Darker and Brighter Sides of Human Existence: Basic Psychological Needs as a Unifying Concept. *Psychological Inquiry 11*.
- Strawson, B. (1995) Goal Setting: The Basics. Hassler-Scoop, J. (red.) *Equestrian Instruction: An Integrated Approach to Teaching & Learning*. Goals Unlimited Press.
- Thedin Jakobsson, B. & Engström, L-M. (2008) *Vilka stannar kvar och varför?* Stockholm: Riksidrottsförbundet.
- Thorell, G. (2017) *Framåt marsch! Ridlärarrollen från dåtid till samtid med perspektiv på framtid*. Doktorsavhandling, Göteborgs universitet, Utbildningsvetenskapliga fakulteten, Göteborg.
- Thorell, G., Hedenborg, S., Stråhlman, O. & Morgan, K. (2016) From giving orders to engaging in dialogue: Military norms being challenged at the Swedish riding school. *International Review for the Sociology of Sport*.

- Vallerand, R. J. (1997) Toward a Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation. I Zanna, M.P. (red.) *Advances in Experimental Social Psychology*. New York: Academic Press.
- Wahlström, O.G. (1993) *Gruppen som grogrund – en arbetsmetod som utvecklar*. Stockholm: Liber
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2007) *Foundations of sport and exercise psychology* (4). Champaign: Human Kinetics.
- Weiner, B. (1995) *Human motivation*. Newbury Park: Sage.
- Zetterqvist Blockhuis, M. (2004) *Pedagogik för ridlärare*. Strömsholm: Ridskolan Strömsholm.

Internet

- Hjelm, J. (2012). *Idrott på lek och allvar*. Tillgänglig:
<http://idrottsforum.org/articles/hjelm/hjelm120125.html> [2017-01-22]
- Nationalencyklopedin (2017). Mål.
<http://www.ne.se/uppslagsverk/ordbok/svensk/m%C3%A5l> [2017-03-01]
- Riksidrottsförbundet (2009) *Idrotten vill – Idrottsrörelsens idéprogram*.
http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/detta-ar-svensk-idrott/idrottenvill_2009_webbversion2.pdf. [2017-01-22]
- Sveriges Lantbruksuniversitet (2016) *Hippologprogrammet*.
<http://www.slu.se/institutioner/hippologutbildning/utbildning/?si=24586F6262100A979BE4FFD82F743D0B&rid=824722490&sn=sluEPi6-prodSearchIndex> [2016-12-06]
- Svenska Ridsportförbundet (u.å.) *Ridklubben - en resurs för din kommun*.
http://www.ridsport.se/ImageVaultFiles/id_28966/cf_559/Ridklubben_-_en_resurs_i_din_kommun.PDF [2016-12-06]
- Svenska Ridsportförbundet (2012) *Ridsporten vill. Idéprogram för Svenska Ridsportförbundet*.
http://www.ridsport.se/ImageVaultFiles/id_8/cf_559/Ridsporten_vill.PDF. [2017-01-22]
- Svenska Ridsportförbundet (2016) *Ridlärarkyrket*.
<http://www.ridsport.se/Utbildning/Hasten-som-yrke/RidlararutbildningSRLIochSRLII/>. [2016-12-06]
- Svenska Ridsportförbundet (2017) *Statistik och kortfakta om ridsport*.
<http://www.ridsport.se/Svensk-Ridsport/Statistik/>. [2017-01-24]
- Sveriges Lantbruksuniversitet (2017) Hippolog. <http://www.slu.se/utbildning/programkurser/program-pa-grundniva/hippolog/>. [2017-04-28]
- SVT Sport (2015) *Så har utövandet förändrats i din sport*.
<https://www.svt.se/sport/ettsverige-ungdomsidrott/sa-har-idrottsutovandet-forandrats-i-din-sport>. [2017-04-26]
- Hästnäringens Nationella Stiftelse (u.å.) *Hästen i Sverige*.
<http://nshorse.se/hastnaringen/hasten-i-sverige/>. [2016-12-06]
- Unicef (u.å.) *Barnkonventionen*. <https://unicef.se/barnkonventionen>. [2017-01-22]

Lästa men ej refererade källor

- Atkinson, J. W. (1957) Motivational determinants of risk-taking behaviour. *Psychological review*, vol. 64.
- Billde, S., Chatzisarantis, N., Spray, C. & Wang, J. (2006) Understanding motivation in sport: An experimental test of achievement goal and self determination theories. *European Journal of Sport Science*, vol. 6 (1).
- Forsberg, L. (2012) *Manegen är krattad: Om flickors och kvinnors företagsamhet i hästrelaterade verksamheter*. Doktorsavhandling, Luleå tekniska universitet, Institutionen för entreprenörskap och innovation, Luleå.
- Hedenborg, S. (2013) *Hästkärlar, hästtjejer, hästälskare: 100 år med svenska Ridsportförbundet*. Strömsholm: Svenska Ridsportförbundet.
- Johansson, D., Andersson, H. & Hedberg, A. (2004) *Hästnäringens samhällsekonomiska betydelse i Sverige*. Uppsala: Repro, SLU.
- Larsdotter, A. (2009) Mongolstormen. *Militär Historia*, (2) [elektronisk] Tillgänglig: <http://www.militarhistoria.se/artiklar/medeltiden-artiklar/mongolstormen/>. [2015-03-10]
- McGreevy, P. (2004) *Equine behavior: a guide for veterinarians and equine scientists*. Edinburgh: W.B. Saunders.
- Planck, C. & Rundgren, M. (2005) *Hästens näringsbehov och utfodring*. Stockholm: Natur och kultur/Fakta.
- Svenska Ridsportförbundet (u.å.) *Ryttarmärken. Ridsportens utbildningsplan*. http://www.ridsport.se/ImageVaultFiles/id_42746/cf_559/Ryttarmarken-utbildningsplan.PDF. [2017-01-24]
- Sveriges Radio (2017) *Kamp för ridning som friskvård*. <http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=128&artikel=6614570>. [2017-01-24]
- Yukl, G. (1989) Managerial Leadership: A review of theory and research. *Journal of management*, 15(2).

BILAGOR

Bilaga 1. Intervjuguide och observationsmall

1) Intervjuguide lärare

Förberedelser

Syfte med studien

Konfidentialitet och anonymitet

Prestigelöst

Bakgrund

Bakgrund, utbildning och arbetslivserfarenheter?

Tid på ridskola? Denna ridskola?

Möjlighet till fortbildning?

Ridskolan

Ridskolans storlek (antal ridande elever, hästar, ridlärare, yta osv.)?

Hur görs gruppindelningen för ridlektioner?

Hur ser grupperna ut?

Motivation

Varför börja arbeta som ridlärare? Varför fortsätta?

Vad är roligast/minst roligt med att arbeta på ridskola?

Kommer du stanna kvar som ridlärare i framtiden?

Vad inspirerar dig inom ridningen/undervisningen?

Hur upplever du din ridlärarroll i förhållande till din egen nivå och ambition?

Hur kan du utvecklas i ditt jobb?

Mål

Finns övergripande mål på ridskolan och hur är de i sådana fall formulerade? Mål för ridgrupper?

Frågar ridlärarna om ridgruppens mål/enskilda elevers och i sådana fall på vilket sätt/hur ofta?

Hur tänker du kring elever med olika mål i samma grupp? Hur hantera?

Vet du vad har eleverna för mål? Isf vilka? (kortsiktiga/lågsiktiga)

Hur realistiska tycker du att elevernas mål är?

På vilket sätt kan ni möta elevernas mål?

Hur görs lektionsplaneringen? Får elevernas mål styra?

Hur väl tycker du att elevernas mål stämmer överens med dina, ridskolans och föräldrarnas mål?

Vad har du för mål? (din egen ridning, undervisning, arbete) (kortsiktiga/lågsiktiga)

Hur är dina mål formulerade? Finns plan? Utvärderas de? Ändras/justeras de? (nedskrivna, abstrakta?)

Hur påverkar hästarna dina mål?

För vilka berättar du om dina mål?

Har du några mål som skrämmar dig?
På vilket sätt är mål viktiga för dig?

Kapacitet

Hur tänker du kring din kapacitet och talang inom ridning?
Hur rimliga är dina mål utifrån din kapacitet?
Hur tänker du kring dina elevers kapacitet och talang inom ridning?
Hur rimliga är elevernas mål utifrån deras kapacitet?
Hur rimliga är dina mål utifrån ridskolans kapacitet?
Hur rimliga är elevernas mål utifrån ridskolans kapacitet?

Något du vill lägga till eller känner att du vill diskutera?

2) Intervjuguide elever

Förberedelser

Syfte med studien
Konfidentialitet och anonymitet
Prestigelöst

Bakgrund

Ålder?
När började du rida? Vad fick dig att börja rida?
När på denna ridskola?

Motivation

Vad är det som gör att du fortsätter rida på ridskola?
Vad är roligast/minst roligt med att rida på ridskola?
Kommer du stanna kvar på ridskolan i framtiden?
Vad inspirerar dig inom ridningen?
Hur upplever du din ridgrupp i förhållande till din egen nivå och ambition?

Mål

Vad är ditt drömmål med ridningen?
Hur ser dina mål med ridningen ut just nu? (kort/lång sikt)
Hur är målen formulerade? (nedskrivna, etc.)
Hur ser planen ut för att nå dina mål?
Hur kom det sig att du satte upp just de målen?
Med vem satte du upp målen? Vem tog initiativ? (frågar din ridlärare efter dina mål?)
För vilka berättar du om dina mål?
Tror du att din ridlärare och dina föräldrar har samma mål för dig som du har? Vilka är skillnaderna? Hur påverkas du av skillnaderna?
Vet du vilka mål kompisarna i ridgruppen har? Har deras mål någon betydelse för dig och dina mål?
Hur påverkar hästarna dina mål?
På vilket sätt utvärderar/justerar/ändrar du dina mål?

Har du några mål som skrämmer dig?

Kapacitet

Hur tänker du kring din kapacitet och talang inom ridning?

Hur tror du din ridlärare tänker kring din kapacitet?

Hur rimliga är dina mål utifrån din/ridskolans kapacitet?

Hur ser du på att sätta mål?

Pratar ni mål inom er ridgrupp?

Varför rider du?

Något du vill lägga till eller känner att du vill diskutera?

DISTRIBUTION:

Sveriges Lantbruksuniversitet

Hippologenheten

Box 7046 750 07 UPPSALA

Tel: 018-67 21 43

Swedish University of Agricultural Sciences

Department of Equine Studies

Box 7046 750 07 UPPSALA

Tel: +46-18 67 21 43
